



GL39

otoño 2016



Literatura & Gastronomía (2)

GUÍA DE LECTURA & RECETARIO

¡M!

Ya apuntábamos en *Literatura y gastronomía (1)* que la gastronomía es, junto con la muerte y el sexo, uno de los temas más recurrentes en la historia de la literatura universal. En esta nueva guía de lectura, y al igual que en la primera entrega, se recoge una selección de fragmentos literarios, extraídos principalmente de obras de narrativa que, a su vez, nos han conducido a rescatar recetas y conocer más de cerca a los autores y sus personajes, la sociedad en la que se desenvuelven y también a grandes cocineros del panorama nacional e internacional.

La guía sigue una línea temporal de publicación en redes sociales y en nuestras instalaciones; no responde a ningún orden sistemático ni alfabético.

¡¡¡Buen provecho!!!

Comer, leer / Manuel Vicent

Disponible en: <https://goo.gl/Oh4i0I>

Leer y comer son dos formas de alimentarse y también de sobrevivir. No sabría decir qué es más orgánico, más íntimo, más necesario. Los clásicos lo tenían claro: primero vivir y después filosofar. Pero sucede que hoy los más refinados creen que comer es también una filosofía y mastican lentamente los alimentos pensando en su naturaleza ontológica, imaginando el largo camino que han recorrido hasta llegar a la mesa. Alguien sembró la semilla, regó las hortalizas, podó los frutales, salió de madrugada a pescar, apacentó el ganado. Alguien llevó todos esos productos al mercado. Alguien los cocinó con amor y sabiduría, con

la cultura culinaria que arranca del neolítico. Los que comen así tratan de convertir también la sobremesa en un ejercicio moral, casi místico y no necesitan ninguna enseñanza de tantos masters chefs insoportables. Por otra parte existen lectores exquisitos que leen buscando en cada libro la isla del tesoro y siempre encuentran el cofre del pirata. Hasta hace bien poco ningún artilugio se interponía en esa placentera navegación de los sueños que a través de las páginas de los libros se eleva hasta el cerebro y tampoco ningún cocinero mediático perturbaba el trayecto que los alimentos naturales recorrían del plato al estómago. Pero hoy la cocina y la lectura están cambiando de sustancia. La cocina ha caído bajo la dictadura de los masters chefs que ejercen el papel de intermediarios del gusto con sus platos estructuralistas y la lectura se ha instalado en soportes digitales que imponen sus reglas al pensamiento con sus múltiples aplicaciones. Los artilugios informáticos exigen una lectura rápida, breve, fragmentada, superficial, líquida e inmediata. Los nuevos cocineros te obligan a admirar sus instalaciones artísticas en el plato sin preocuparse de lo que suceda después en el estómago. Así están las cosas.

NUESTRA SELECCIÓN DE RECETAS



Maldito karma / David Safier

Siendo ardilla cerca de la frontera entre Alemania y Holanda, me di cuenta de lo maravilloso que es saltar de árbol en árbol. Y acumulé buen karma robando todos los días patatas chips y chocolate de los bungalows de un Center Parc. Con ello salvé a mis congéneres de morir de hambre en invierno (y a los turistas de que les aumentara el colesterol) (pág.171).

RECETA (1 ración).– PINTXO DE PATATAS CON VINAGRETA PICANTE.

Ingredientes:

½ kg. de patatas.
1 cebolleta.
200 gr. de harina.
Agua.
Aceite de oliva virgen y sal.

Para la vinagreta picante:

1 diente de ajo.
6 almendras.
1-2 guindillas de cayena.
½ cucharadita de pimentón.
½ cucharadita de tomillo.
½ cucharadita de perejil picado.
Aceite de oliva virgen.
Sal y vinagre.



Elaboración:

Pela las patatas y córtalas en rodajas. Ponlas a cocer en una cazuela con agua y una pizca de sal durante 15 minutos. Una vez cocidas, escúrrelas y pásalas por harina. Fríelas en una sartén con aceite y reservalas.

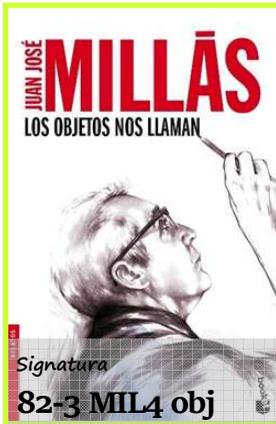


aros y colócalos sobre las patatas.

Pica el diente de ajo y las almendras, coloca todo en el mortero y maja bien. Pica las guindillas de cayena e incorpóralas. Sigue majando, añade el pimentón, el tomillo, el perejil picado, una pizca de sal, un chorro de vinagre y otro de aceite de oliva. Mezcla todo bien.

Sirve las patatas y aliña-las con salsa.

Corta la cebolleta en



Los objetos nos llaman / Juan José Millás

[...] *Ambas compartían el gusto por el Sushi, los paseos por el parque y las películas románticas, así como el respeto por los animales, que en Carol Underwater se traducía en vegetarianismo como el de Amanda, pero hacía una excepción con el Sushi [...]*

Ingredientes:

200 g de aguacate pelado y troceado.
200 g de pepino pelado y troceado.
150 g de agua muy fría.
150 g de cubitos de hielo.
1 diente de ajo.
20 g de zumo de limón.

20 g de aceite de oliva.
1 cucharadita de sal.
1 pellizco de pimienta negra recién molida.
1 cucharada de perejil picado.
1 cucharada de sésamo tostado.



RECETA.— CREMA FRÍA DE PEPINO Y AGUACATE.

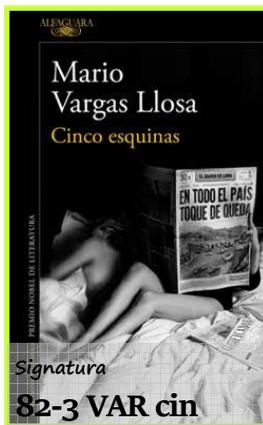
Elaboración:

Ponemos en el vaso de una batidora el aguacate, el pepino, el agua, los cubitos de hielo, el diente de ajo pelado, el zumo de limón, el aceite de oliva, la sal y la pimienta y trituramos, hasta que quede todo unido.

Servimos inmediatamente, decorando cada ración con perejil picado y sésamo tostado. Si no podemos servir enseguida, mejor que

lo guardemos en la nevera para que se mantenga frío.

FUENTE: <https://goo.gl/ISQIyh>



Cinco esquinas / Mario Vargas Llosa

Su niñez era inseparable de esa bebida criolla tradicional, hecha con cebada, linaza, boldo y cola de caballo, que había visto preparar a lo largo de su infancia a su padre y un ayudante, un cojito medio tuerto al que apodaban Cojino-va. En esa época los carritos de los emolienteros estaban por doquier en el centro de la ciudad, sobre todo a la entrada de las fábricas, en los alrededores de la Plaza Dos de Mayo y a lo largo de la Avenida Argentina (pág. 89).

RECETA.— MOJITO SIN ALCOHOL.

Ingredientes:

1 lima.

15 hojas de menta fresca.

1 cucharada sopera de azúcar moreno.

1 puñado de hielo picado.

1 vaso de soda o gaseosa.



Elaboración:

Lavar y trocear la lima. Corta en 6 partes y reserva una o dos rodajas finas para decorar.

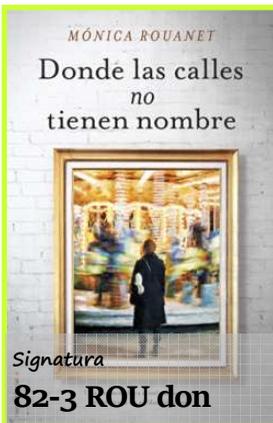
Utiliza un vaso no muy alto de boca ancha, un vaso tipo güisqui. Añade en él los trozos de lima, el azúcar moreno y tritura con la ayuda de un mortero. Golpea contra el fondo del vaso hasta aplastar por completo los trozos de lima, mezclando con el azúcar.

A continuación lava las hojas de menta, dales una ligera palmada y añade al vaso. Puedes utilizar menta o hierbabuena y recuerda que la medida estándar para el azúcar es una cucharada pero puedes añadir más o menos dependiendo de qué tan dulce te guste el trago.

Vuelve a utilizar el mortero, pero esta vez tritura las hojas de menta muy suavemente, no las machaques en exceso porque pueden amargar el sabor del mojito.

Llena el vaso con hielo picado y presiona con la mano para que quede muy compacto.

Por último, añade soda hasta el tope del vaso y mezcla con una cuchara larga de forma envolvente. Procura que se mezclen bien los trozos de lima y las hojas de menta, deben repartirse por todo el vaso.



Donde las calles no tienen nombre / Mónica Rouanet

—¿Has cenado?-le pregunté.

—No.

—Tengo algo de comida japonesa... y puedo preparar una ensalada.

—Muy bien, la verdad es que tengo hambre.

¿Te ayudo?

Nos levantamos casi a la vez, rozando los

cuerpos, adivinándonos el uno al otro, evitando mirarnos.

Me siguió a la cocina y noté cómo me contemplaba mientras sacaba los platos y vasos que iba colocando en la pequeña mesa para dos... (pág. 183).

RECETA.— YAKISOBA.

Ingredientes:

1 zanahoria mediana.
1 cebolla grande.
1 pimiento rojo pequeño.
1 calabacín pequeño.
10 vainas de judías verdes (o brócolis).
1 pimiento verde mediano.

1 50-200 g de pasta (fideos yakisoba, spaguetis... lo que tengáis).
Salsa al gusto (yakisoba o teriyaki, o soja).
Aceite de oliva.
* Se pueden añadir algunos trozos de tofu.



Elaboración:

Pelamos la zanahoria, la cebolla, y cortamos en tiras (tipo juliana) todas las verduras.

Lo ideal sería hacerlo en un wok, pero si no tenemos, podemos improvisarlo con una sartén, ponemos 2 cucharadas de aceite de oliva, y añadimos primero la cebolla, al poco, añadimos el resto de verduras.

Movemos bien para que no se pegue, y tapamos. Vamos removiendo, comprobando que se van haciendo todas las verduras (se puede añadir al final el tofu y dorarlo).

Ponemos agua a hervir en una olla. Cuando rompa a hervir, añadimos la pasta y cocinamos según instrucciones del paquete.

Escurrimos la pasta y le pasamos agua fría por encima.

Dejamos escurrir.

Cuando la verdura esté lista, añadimos a la sartén la pasta con un poco de aceite para que no se pegue y salsa al gusto, movemos bien (¡cuidado!, que no se rompa ni la pasta ni la verdura). Corregir de sabor con la salsa.

Lo ideal es servirla con semillas de sésamo por encima.

FUENTE: <https://goo.gl/SI1cfN>



Orgullo y prejuicio / Jane Austen

También la cena fue, a su vez, muy alabada, y el señor Collins quiso saber a cuál, entre sus bellas primas, se debía la excelencia de los manjares servidos. Pero la dueña de la casa se encargó al instante de sacarlo de su error, al asegurarle con cierta aspereza que los Bennet eran perfectamente capaces de tener una buena cocinera y que a sus hijas no se le había perdido nada en la cocina (pág. 91).

RECETA.— HUEVOS CON ABREVIATURA (receta histórica del siglo XVIII).

Ingredientes:

6 huevos.
Media calabaza (de las largas).
2 cebollas.

4 tomates.
2 cucharadas de perejil picado.
2 cucharadas de menta picada.

Elaboración:

Cortar la calabaza a dados pequeños y picar las cebollas bien finas. Sofreír la calabaza junto con las cebollas en una cazuela o paella con una base de aceite, hasta dorar. Cuando estén blan-



dos, añadir la mitad de las hierbas aromáticas y cocer dos minutos. En este punto, precalentar el horno a 190° C, calor arriba y abajo.

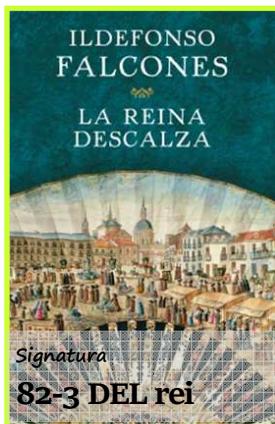
Deshacer los huevos batiéndolos con un tenedor. Cortar el tomate a

dados y añadirlo a los huevos, juntamente con las hierbas aromáticas restantes. Incorporar la mezcla de cebolla y calabaza, mezclar bien.

Untar unos moldes con mantequilla (abundante) y cubrir con una capa de pan rallado. Verter la mezcla en estos moldes y cocer en el horno, con calor arriba y abajo, hasta que estén cocidos y bien dorados (unos 18 minutos).

Elaboración adaptada del libro *Nuevo arte de cocina* de J. Altamiras, 1767. Ediciones Simbad, 1984.

FUENTE: <https://goo.gl/ugq7Sx>



La reina descalza / Ildefonso Falcones

Fermín también le enseñó a cocinar olla podrida, en la que Caridad, tarareando con alegría, terminaba vertiendo indiscriminadamente todos los ingredientes de los que disponía y que, junto al pan y algunas frutas, pasó a convertirse en su dieta habitual. Con todo, lo que más le complacía eran las almendras garrapiñadas que elaboraban las monjas del Convento [...]

[...] se desvanecían al sentir el placer del almíbar en su boca y al debatirse en esa pugna constante que mantenía consigo misma por reservar alguna de las garrapiñadas para el día siguiente (págs. 632 y 633).

RECETA.– ALMENDRAS GARRAPIÑADAS.

Ingredientes:

200 g de azúcar.

150 g de almendras crudas con piel.

100 ml de agua.



Elaboración:

Engrasar ligeramente un trozo de papel de aluminio. En una sartén honda poner el agua, el azúcar y las almendras. Acércala al fuego, dejar cocer lentamente hasta que se haya consumido todo el agua y el azúcar empiece a hacer burbujas. Retirar y revolver hasta que el azúcar se separe, formando polvo. Las almendras se pondrán blanquecinas.

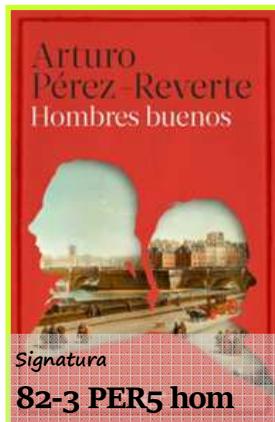
Volver a acercar el cazo al fuego lento, removiendo constantemente hasta que el azúcar empiece a caramelizarse. Retirar y seguir removiendo las almendras, para que todas queden recubiertas por igual.

Añadir el zumo de limón, salpicando las almendras, revolverlas una vez más y volcarlas sobre el papel engrasado, extendiéndolas para que queden sueltas y sequen todas bien.

Puedes sustituir las almendras por avellanas o cacahuetes. Se conserva bien en una caja metálica hermética.

FUENTE: <https://goo.gl/OyTQ48>





Hombres buenos / Arturo Pérez-Reverte

El local también es caro; pero, a sugerencia de Bringas, los académicos decidieron celebrar el hallazgo de la «Encyclopédie» con otra cena memorable. Y así, entre los tres y con el decisivo concurso del abate —don Hermógenes tampoco se quedó atrás—, han pasado un par de gratas horas despachando exquisiteces en vinaigre y mostaza, paté de atún de Tolón... ayudándose con dos botellas de buen vino de Anjou [...] (pág. 451).

RECETA.— PATÉ DE SOBRASADA VEGANA.

Ingredientes:

200 g tomates deshidratados (ya hidratados), tras haberlos puesto a remojo 4-5 h y escurrirlos un poquito.
50 g de almendras o piñones crudos.
100 g de aceite de oliva virgen.

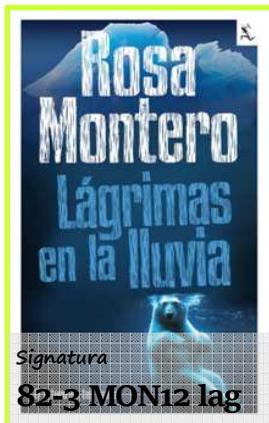
2 cucharadas de pimentón dulce.
½ cucharada de comino en polvo.
¼ de cucharadita de pimienta molida (puede ser negra).
1 cucharadita de ajo en polvo.
3 g de sal
1 cucharadita de miel de caña.



Elaboración:

Se pone todo y se tritura.

Tiempo: 10 minutos.



Lágrimas en la lluvia / Rosa Montero

[...] *Lo primero que hizo al entrar en el apartamento fue ir a la nevera, servirse una copa de vino blanco y bebérsela de un golpe [...]*

Le obsesionaba el recuerdo de Myriam [...]

Se sirvió otra copa, calentó un par de hamburguesas de soja con algas y se las tomó masticando con premeditación, lenta y rítmicamente. Concentrándose en el hecho de comer para vaciar la cabeza de las imágenes persecutorias y opresivas. Cuando acabó el plato se había serenado lo suficiente como para ponerse a trabajar. Llenó otra copa de vino, y se sentó ante la pantalla [...] (pág. 113).

RECETA.— HAMBURGUESA DE SOJA.

Ingredientes (4 raciones):

60 g de soja texturizada.
1 cebolla.
1 diente de ajo.
1 cucharada de pan rallado.

1 cucharada de harina de maíz.

½ l de caldo de verduras (sin sal).

1 huevo.

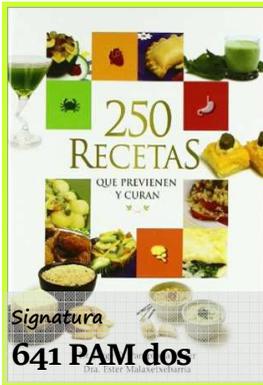
Perejil y sal.

Elaboración:

Remojar la soja texturizada durante 10 minutos en el caldo de verduras caliente. Pelar y picar la cebolla y el ajo, hacer lo mismo con el perejil previamente lavado.

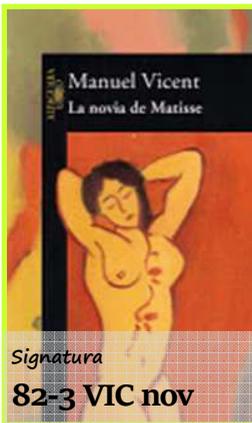
Batir el huevo y mezclar todos los ingredientes.

Amasar y dividir en porciones a las que daremos forma de



hamburguesa. Colocar las hamburguesas en una bandeja e introducirlas en el horno a 220° C hasta que se doren por ambos lados (dar la vuelta). Servir caliente, pudiéndose acompañar de tomate natural y patatas.

Se caracteriza por su riqueza en proteínas de alta calidad procedentes de la soja, exenta de colesterol.



La novia de Matisse / Manuel Vicent

[...] *Julia le contaba a la mujer de un famoso financiero la forma de preparar los chipirones cuya gracia había ponderado en ella su marido.*

En una sartén mediana se ponen a calentar cinco cucharadas soperas de aceite y cuando está caliente se añade la cebolla picada y se refría hasta que esté doradita.

Picasso en sus retratos nunca tuvo piedad con las mujeres. Se complacía en torturarles el rostro. En cambio ese cuadro... —explicaba el

crítico con palabras acaloradas que de un extremo a otro del corro se cruzaban con las recetas de Julia [...] (pág. 13).

RECETA.— CHIPIRONES EN SALSA (receta extraída de la novela).

Elaboración:

En una sartén mediana se ponen a calentar cinco cucharadas soperas de aceite y cuando esté caliente se añade cebolla picada y se refría hasta que esté doradita.

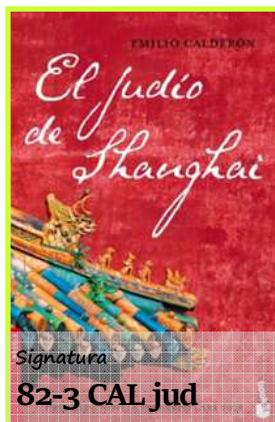
Después se agrega el tomate pelado, cortado, y una vez frito se



pone harina y agua.

Antes de que empiece a hervir la salsa se añaden los chipirones enteros o cortados en trocitos.

Y, todo esto se hace sin sal.



El judío de Shanghai / Emilio Calderón

A continuación, el camarero nos hizo entrega de sendos oshibori húmedos y templados para que laváramos nuestras manos, antes de servirnos un almuerzo frugal a base de sopa de miso y de pescado crudo en láminas [...]

—Espero que le guste el fugu —dijo a continuación.

Supuse que, invitándome a comer pescado venenoso, pretendía resarcirse de mis comentarios irónicos de nuestro último encuentro (págs. 135-136).

RECETA.— SOPA DE MISO.

Ingredientes:

1 litro de agua.
1 cebolla cortada a la mitad.
1 zanahoria cortada a la mitad.
1 rama de apio cortada muy fina.

2 tiras de alga wakame remojada y cortadas muy finas.
3 cucharadas pequeñas de miso.
1 cebolleta.
100 g tofu.
Pizca de sal.



Elaboración:

Añadir en una cazuela el agua junto con la cebolla, la zanahoria y el apio y dejar a calentar a fuego vivo. Pasados 20 minutos retirar el apio, la cebolla y la zanahoria.

Después añadir al caldo el alga wakame y dejar a cocinar a fuego vivo durante otros 5 minutos. Añadir por último el tofu en dados y cocinar 1 minuto más y retirar del fuego.

Por último en una taza diluir las cucharadas de miso con un poco del caldo caliente y añadir la mezcla a la cazuela.

Servir con un poco de cebolleta fresca picada.

Fuente: <https://goo.gl/Dajpvb>

Los lobos del invierno / Anne Rice

[...] *Una y otra vez, los empleados del catering rellenaban las bandejas de guisantes, coles de bruselas, boniatos, arroz, rebozados [...]*

Había cuencos humeantes de salsa de frutos rojos y salsa dorada, incluso rodajas de naranja fresca sobre hojas de lechuga, y una formidable ambrosía de nata montada con toda clase de fruta cortada. Cabía escoger cualquier tipo de plato de arroz imaginable. Aquellos que cuidaban su salud apilaban ansiosamente en sus platos montones de zanahoria cruda, brócoli y

tomate (pág. 241).



RECETA.— TOMATES RELLENOS.Ingredientes:

6 tomates.

1 cebolla.

1 lata de maíz dulce.

150 g de arroz.

2 cucharadas de aceite de oliva.

Sal y pimienta.

Perejil y mahonesa.

Elaboración:

Cocemos el arroz con el aceite, sal y pimienta. Lo apartamos en un recipiente para reservar.

Cocer durante 5 minutos los tomates, los apartamos y cortamos horizontalmente, dejándolos vacíos para más tarde rellenar. Mezclamos el arroz, la pulpa del tomate, cebolla muy picada y maíz dulce dejando una masa homogénea.

Seguidamente rellenamos los huecos de los tomates y colocamos una cucharada encima de mahonesa, y unas hojas de perejil.

Listo para comer, se recomienda su degustación a temperatura ambiente.

Fuente: <https://goo.gl/oYMGQM>

**El murmullo del tiempo / Raúl E. Mira**

La Navidad se acercaba con sus afanes de hornos encendidos y aromas de dulces de la huerta: tortas de naranja, y de boniatos, mantecados, cordiales de cabello de ángel, rollos de naranja y de anís..., todo un repertorio de dulces que conteniendo cada uno de ellos los mismos ingredientes, competían entre sí en función de: las cantidades, el orden del mezclado, el tratamiento de fermentación, la temperatura [...]

[...] esto hacía que los aromas fueran diferentes por momentos, dando lugar a una sinfonía que rara vez se repetían las mismas notas. (pág. 118).

RECETA.— ROLLOS DE NARANJA MURCIANOS.

Ingredientes:

2 kg de harina.
Zumo de 8 naranjas.
3/4 kg de azúcar.
1 vaso de aceite.

Canela en polvo.
Raspadura de 1 limón.
2 sobres de gaseosa.
Azúcar glas.

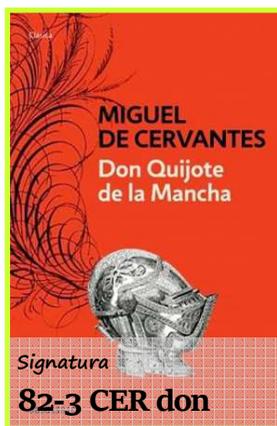
Elaboración:

Mezclar todos los ingredientes (excepto el azúcar), dejando para lo último la harina. Cuando está todo bien mezclado, entonces, le añadiremos el azúcar.

Hacemos una masa compacta y formamos los rollos. Los vamos poniendo en una llanda y los cocemos durante 20 minutos en el horno.

Los sacamos y rebozamos con el azúcar glas.

FUENTE: <https://goo.gl/Na31LS>



Don Quijote de la Mancha / Miguel de Cervantes

En el IV centenario de la muerte de Miguel de Cervantes Saavedra.

Y a poco trecho que caminaban por entre dos montañuelas, se hallaron en un espacioso y escondido valle, donde se apearon. Y Sancho alivió el jumento, y tendidos sobre la verde yerba, con la salsa de su hambre, almorzaron, comieron, merendaron y cenaron a un mismo punto, satis-

faciendo sus estómagos con más de una fiambarrera, que los señores clérigos del difunto —que pocas veces se dejan mal pasar— en la acémila de su repuesto traían (cap. XIX).

RECETA.— ANDRAJOS.



Ingredientes:
Judías pintas.
Harina.

Hierbabuena, un poco.
Ajo.
Pimentón.
Sal.

Elaboración:
Se cuecen las judías.
Se hace un sofrito con el ajo y el pimentón.
Con la harina y el agua se hace una masa consistente; se extiende del grosor de unos dos milímetros y se corta a cuadraditos, como dados o un poco mayores. Se cuecen con todo lo anterior, condimentándolo con hierbabuena y sal al gusto.



Se extiende del grosor de unos dos milímetros y se corta a cuadraditos, como dados o un poco mayores. Se cuecen con todo lo anterior, condimentándolo con hierbabuena y sal al gusto.



Yoga a la siciliana / Eduardo Jaúregui

Apagué la placa de vitrocerámica, retiré la humeante cafetera y vertí un poco del oscuro líquido en la tacita blanca. Coloqué la cafetera sobre la encimera y recogí la taza, sintiendo el tacto liso y redondeado de asa de porcelana, apretando los dedos para mantenerla recta [...]

Elevando la taza violentamente, derramé en mi boca la hirviente amargura. Tragué sin piedad, despertándome de golpe, sintiendo lá-

grimas brotar en las comisuras de mis ojos (pág. 63).

RECETA.— CAFÉ VIENÉS.

Ingredientes:

Café.

Azúcar (dos cucharaditas).

Nata.

Canela.



Elaboración:

En un vaso de cristal, se añaden dos cucharaditas de azúcar blanca y café calentito hasta llenar 3/4 partes del vaso. Se remueve para disolver el azúcar y conseguir que el café adquiera la densidad adecuada para que la nata se quede por encima.

En la coctelera se agrega nata líquida y se pasa un poco por la batidora para que coja aire. Sobre el vaso de café, se pone una cucharilla y se deja caer la nata montada encima.

Para aromatizar se puede hacer un *twist* de naranja, colocando una corteza de naranja sobre el vaso y se decora con un poco de canela, por ejemplo dando forma de corazón.

El café vienés es una bebida tan antigua como el capuchino y es un café expreso.

FUENTE: <https://goo.gl/rbnXWQ>



Comer es una fiesta / Leopoldo Pomés

A algunos juerguistas y otras gentes de buen vivir, al llegar de madrugada a casa después de una noche ajetreada, se les despierta una curiosa voracidad. Se abalanzan sobre la nevera y agarran lo que pueden: unos macarrones o canelones que han sobrado del mediodía, un muslo de

pollo, los restos de un pastel de nata...

La fiesta de madrugada, el piscolabis o «ressopó», como que-ramos llamarla, debe ser compartida. La soledad no es buena com-pañera. El «ressopó» que elevamos a la categoría de fiesta requiere participación...

Tras una animada tertulia con un grupo de amigos, acompa-ñada de buenas copas, un «ressopó» a las tantas es un buen fin de fiesta.

—¿No os tomaríais un plato de pasta?— sugiere alguien, que en mi casa suelo ser yo.

La animación crece inmediatamente. Salgo disparado hacia la cocina y regreso al cabo de quince minutos con un plato de «espaguetinini» Sofía Loren (como astuto anfitrión que soy, media hora antes de mi oferta puse una gran olla al fuego...) (pág. 21)

RECETA.— ESPAGUETINI AL LAUREL SOFÍA LOREN.

Ingredientes (4 personas):

1 cebolla grande.
150 g de tomates madu-ros y pelados.
12 hojas de laurel.
3 o 4 cucharadas de aceite.

1 cucharadita de pimien-ta recién molida.
Unas gotas de tabasco (optativo).
¼ cucharadita de cane-la.
Sal.

Elaboración:

Poner a calentar un recipiente con 4 o 5 litros de agua. Mientras, picar muy pequeña la cebolla. Calentar el aceite en una sartén y dorar la cebolla.

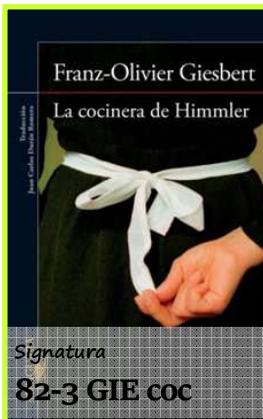


Cuando esté dorada, añadir el resto de ingredientes de la salsa y dejarlos cocer unos minutos.

Hervir la pasta y, cuando esté en su punto y escurrida, mezclarla en un bol con la salsa.

Podemos utilizar en esta receta: espaguetis, macarrones o *fetuchinis*.

En 1961, Sofía Loren ganó un Oscar por su película *La ciociara* y un amigo inspirado inventó esta pasta para ella: *En lugar de ofrecerme una corona de laurel, dijo que prefería hacerme saborear su aroma en la salsa*, escribe la actriz en su magnífico libro *Yo, en la cocina*.



La cocinera de Himmler / Franz-Olivier Giesbert

Signatura **82-3 LAR1 jil**

Me encantaba pelar verduras o preparar pasteles bajo su benévola mirada. Ella aprovechaba para filosofar o hablarme de la vida. Cuando cocinábamos, se quejaba a menudo de que la humanidad era esclava de la glotonería: esta comida nos ofrece el impulso vital, decía, pero cuando, por desgracia, sólo escuchamos a nuestros estómagos, estamos cavando nuestra propia tumba [...] (pág.

31).

RECETA.– PASTEL DE VERSURAS.Ingredientes:

½ kg de zanahorias.
2 calabacines.
½ coliflor.

2 huevos camperos.

Mantequilla.

Sal.

Elaboración:

Pon a hervir las zanahorias, calabacines y la media coliflor, por separado. Una vez cocidas, escúrrelas. Corta los calabacines en láminas gruesas. Las zanahorias, ya hervidas, pásalas por la batidora junto con los dos huevos y un pellizco de sal, hasta que se forme una pasta.

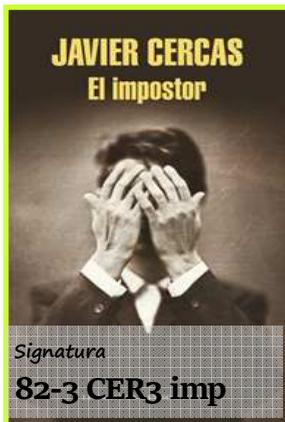
En un molde de hacer pasteles untado con mantequilla, pon pasta de zanahoria y una capa de láminas de calabacín. Después vuelve a poner pasta de zanahoria y encima una capa de ramilletes de coliflor. Repite esta operación hasta que el molde quede relleno.

Pon el molde media hora al baño María, o sea, dentro de un recipiente con agua. Haz que el agua hierva poniéndolo en el horno. Deja que se haga hasta que el pastel esté totalmente cocido. Después desmolda y sirve.

Sugerencia:

Esta receta a encontrarás en la página 77... y otras más. ¡¡¡Suerte!!!





El impostor / Javier Cercas

[...] Hay una escena sobre todo que no se me olvida, al menos no se me olvida el recuerdo que tengo de ella, que a lo mejor no es muy exacto. Levi habla de las colas que los prisioneros hacían en el campo a la hora de comer para que les sirvieran la sopa. Y cuenta que era un momento fundamental, el más importante del día: si quien te servía la sopa hundía mucho el cazo y recogía algo de la sustancia que había al fondo del perol, todo iba bien; pero, si no hundía el cazo y lo que te servía era sólo líquido, catástrofe. Los prisioneros pasaban hambre a todas horas, y su supervivencia dependía de aquella chiripa total, del gesto automático del tipo que les servía la sopa, de lo hondo que metiera el cazo. ¿Te das cuenta? Desde que leí eso no puedo servirme una sopa, o ver cómo me la sirven, sin acordarme de Levi (pág. 418).

RECETA.— SOPA DE ESPÁRRAGOS.

Ingredientes:

1 manojo de espárragos.
2 dientes de ajo.
1 cebolla mediana.
4 cucharadas de aceite.
Pan duro cortado fino.

1 pastilla de caldo de verduras.
1 chorrito de aceite virgen.
Pimentón dulce.
Sal.
Agua.

Elaboración:

En una sartén con un chorro de aceite se sofríen los ajos y la cebolla muy picados. Cuando estén transparentes se agregan los espárragos cortados. Se rehoga todo junto y se añaden una cucharadita de pimentón y sal al gusto. Se sacan unas puntas y se re-



Signatura
641 COC

servan para adornar.

Acto seguido se incorpora la pastilla de caldo y 2 litros de agua. Se añade el pan cortado fino y se deja cocer 30 minutos hasta que quede con la textura de una crema y se haya deshecho el pan completamente.

Se sirve en un cuenco, adornando

con las puntas de espárragos reservadas.



Signatura
82-3 KUR2 pic

Picnic sobre el hielo / Andrei Kurkov

Por fin extrajo otro paquete, esta vez con el embalaje de la tienda, que tuvo que cortar con un cuchillo. Finalmente, Víktor vació el contenido en una fuente colocada sobre la mesita-revistero y hubo un minuto de silencio. Todos miraban fijamente el regalo de «Misha». Había de qué sorprenderse: en la fuente apareció un pulpito, una estrella de mar, un puñado de grandes carabineros, un bogavante y otros mariscos descongelándose. El pingüino se acercó a la mesita y contempló su regalo. Parecía igual de atónito que los humanos.

— ¡Pues si que eres generoso!— dijo por fin Serguéi.

— ¡Ni yo mismo he comido así nunca! (pág. 97).



RECETA.— ALGAS HIZIKI CON ZANAHORIAS Y TOFU AHUMADO.Ingredientes:

20 g de algas hiziki.
 1 zanahoria mediana.
 250 g de tofu ahumado.
 1 cucharada de sésamo tostado.
 Jengibre fresco rallado.
 1 cucharada de concentrado de manzana natural o de azúcar integral.

3 cucharaditas de mirin (vino de arroz integral).
 2 cucharadas de salsa de soja.
 1 cucharada de aceite de oliva.
 1 cucharada de aceite de sésamo.
 150 ml de agua.

Elaboración:

Se dejan las algas hiziki en remojo durante 30 minutos, se limpian con agua fría y se escurren. A continuación, se limpia y se corta la zanahoria en tiras finas y el tofu en cuadrados. En un recipiente aparte se dispone una cucharada de aceite de oliva y otra de aceite de sésamo, friendo en ellos la zanahoria y las algas hizikis

hasta que ambos ingredientes estén un poco tiernos. Se agregan entonces el tofu, media taza de agua y el jengibre fresco rallado. Se tapa parcialmente la sartén y se deja hervir hasta que absorba el agua, añadiendo el mirin, la salsa de soja y el concentrado de manzana o el azúcar integral. Se mantiene la cocción a fuego lento hasta que la salsa impregne todos los ingredientes. Antes de servir el plato se dispone el sésamo tostado por encima. Cocer todo a fuego medio, durante 3 minutos; luego triturar el preparado y rellenar con el puré obtenido los bartolillos.

FUENTE: <https://goo.gl/IBXJpa>



Mis amigos, mis amores / Marc Levy



[...] Todos ocuparon su lugar en la mesa, excepto Antoine, que seguía entre pucheros. Con un delantal, sacó un plato quemado del horno y lo dejó sobre la superficie de trabajo de la cocina. Sophie se levantó para ayudarlo, y Antoine le tendió dos platos.

—Las chuletas con judías verdes son para Emily; el plato de puré para Louis. Tus almejas estarán listas en dos minutos, y el «hachis parmentier»* de Valentine ya sale [...]

—No probarás nada mejor cuando estés en París- dijo él mientras

regresaba a la cocina [...] (pág.48).

RECETA.– HACHIS PARMENTIER.

Ingredientes:

500 g de setas variadas.
500 g. de puré de patatas.
4 cucharadas de vino blanco.

125 g de queso rallado para gratinar.
1 cebolla.
2 dientes de ajo.
Perejil.
Aceite de oliva.
Sal.
Pimienta.

Elaboración:

Pelamos, picamos las cebollas y las rehogamos, a fuego medio, en una sartén con un chorro de aceite de oliva. Cuando estén doraditas añadimos las setas, limpias y troceadas.

Hacemos una majada en un mortero, picando los dientes ajo, dos ramitas de perejil y una pizca de sal, lo desleímos con un poco de aceite y reservamos.

Las salteamos a fuego vivo, dejamos que se evapore el agua que suelten y las regamos con el vino, dejamos que reduzca y añadimos la majada que habíamos reservado. Lo removemos y lo retiramos del fuego.

Distribuimos las setas en una fuente de horno, repartimos por encima el puré de patatas y sobre el puré espolvoreamos el queso y gratinamos en el horno.



FUENTE: <https://goo.gl/RS10PT>

***Hachis Parmentier**, el nombre del plato se debe al apellido del nutricionista **Antoine-Augustin Parmentier**.



La isla de Alice / Daniel Sánchez Arévalo

Sé que no era la opción más sana, la del sándwich de pan de centeno con mantequilla y azúcar. No se lo hacía todos los días...

Y en cualquier caso, para mitigar la culpa por malnutrir a mi hija, la mantequilla era biológica, el azúcar, de caña integral; y además, en la tartera llevaba también apio —que nunca se comía—, zanahoria pelada y lavada, una hermosa manzana Granny Smith cortada en trozos, una tarrina de queso ricotta, dos onzas de chocolate negro sin azúcar añadido y una botellita de agua (pág. 235).

RECETA.— VOLOVANES DE CREMA DE QUESOS, NUEZ Y APIO.

Ingredientes:

8 volovanes ya preparados.
1 tallo de apio.
200 g de queso fresco de untar.

4 cucharadas de queso azul, tipo gorgonzola.
2 cucharadas de nueces picadas.
Unos tallos de cebollino.

Elaboración:

Limpia el apio y cortarlo en bastoncitos del mismo tamaño. Después trabaja el queso fresco y el queso azul con las nueces picadas hasta obtener una crema homogénea. Reserva algunas nueces para decorar.

Rellena los volovanes con la crema preparada, con la ayu-



da de una cucharada de café, con cuidado de no romperlos. Después clava en el interior unos bastoncitos de apio.

Reserva en el frigorífico los volovanes hasta el momento de servir. Espolvorea con cebollino picado y las nueces reservadas.

También puedes añadir la crema de queso a unas hojas de endivias, a modo de barquitas.

FUENTE: <http://goo.gl/NmQZn>



Un amor prohibido / Sara Sheridan

Nos instalamos a las afueras de Hwuyzhou durante un tiempo. Yo estaba encantada de que los perros de las calles ya no nos ladraran a Robert y a mí. Gracias a nuestra dieta china, incluso olíamos como los lugareños. A pesar del antojo ocasional por el chocolate caliente y las tostadas con queso, yo me había acostumbrado al té sin azúcar ni leche, a los rollitos de primavera y al arroz wangji, a los fideos empapados en salsa de soja [...] (pág. 217).

RECETA.– ROLLITO DE PRIMAVERA.

Ingredientes:

Aceite de oliva virgen extra.
4 dientes de ajo.
1 cebolla.
2 zanahorias.
4 hojas de col.

30 gramos de brotes de soja.
2 cucharadas de salsa de soja.
8 láminas de pasta fina china.
Agua.



Elaboración:

En un wok añadimos un chorrito de aceite y cuando esté muy caliente añadimos el ajo laminado, la cebolla, las zanahorias y la col troceadas en tiras finas y los brotes de soja.

Echamos un par de cucharadas de salsa de soja y salteamos todas las verduras hasta que estén a nuestro gusto (lo ideal es que queden al

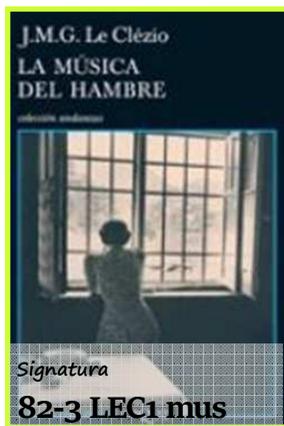
dente). Si se quedan muy secas o si se pegan a la sartén podéis echar un poquito de agua.

Cogemos una oblea y la colocamos en forma de rombo, echamos en la parte de abajo un poco de relleno (unas dos cucharadas), enrollamos, pintamos las esquinas con agua y las doblamos en forma de rollito, (las esquinas hacia el centro).

Echamos abundante aceite en el wok y cuando esté muy caliente echamos nuestros rollitos que tardarán menos de un minuto en dorarse por ambos lados. Tened cuidado de que no se os quemen. Los retiramos a un plato con papel absorbente y ya están listos para comer.

Se acompañan con salsa de soja y agridulce.

FUENTE: <https://goo.gl/1OCUZ7>



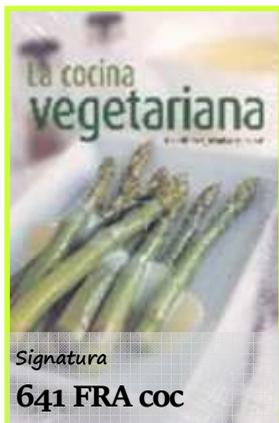
La música del hambre / J.M.G. Le Clézio

Había que ir cada vez más lejos, cada vez más temprano. En el mercado todo era caro. Se vendía de todo. Ethel compraba hojas de nabo, hojas de calabaza, hojas de col. Ser mauriciana, cuando menos de origen, del país de los «margozes» (es decir, «amargos», incomestibles), deparaba una ventaja, puesto que se sabía aderezar la comida de los conejos con los restos de azafrán y de curry (pág. 157).

RECETA.— CURRY DE BERENJENA.Ingredientes:

2 berenjenas grandes.
 3 c/s de aceite de oliva.
 1/2 c/p de semillas de mostaza negra.
 1 manojo de cebolletas picadas finas.
 100 champiñones cortados por la mitad.
 2 dientes de ajo machacados.

1 guindilla fresca, picada fina.
 1/2 c/p de chile en polvo.
 1 c/p de cilantro molido.
 1 c/p de comino molido.
 1 c/p de sal.
 400 g de tomates triturados.
 1 c/s de cilantro fresco picado.
 Ramitas para adornar.

Elaboración:

Precaliente el horno a 220°. Pincele las berenjenas y pínchelas con un tenedor. Hornéelas unos 30-35 minutos (hasta que estén tiernas).

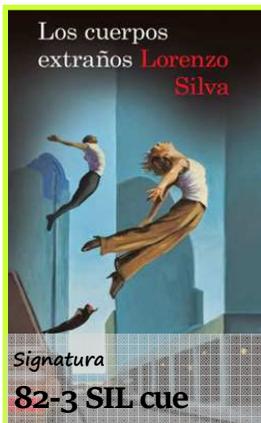
En una sartén saltee las semillas de mostaza 2 minutos hasta que chisporroteen. Añada las cebolletas, los champiñones, el ajo y el chile; fríalos 5 minutos. Incorpore el chile en polvo, el comino, el cilantro y la sal, fríalo 3-4 minutos. Añada los tomates y escalde 5 minutos.

Corte las berenjenas y extraiga la pulpa, macháquela un poco y añada el cilantro fresco a la cacerola, con el resto de ingre-

dientes. Lleve a ebullición y escalde 5 minutos o hasta que la salsa espese.

Sirva adornado con ramitas de cilantro.





Los cuerpos extraños / Lorenzo Silva

Había imaginado, iluso de mí, que bajando tan temprano podría desayunar solo y tranquilo, atendiendo el correo en el iPad y leyendo los periódicos. Lo que allí me encontré pulverizó al instante esas expectativas. Pese a la hora, decenas de hiperactivos pensionistas se arremolinaban en torno a las máquinas de café, los dispensadores de zumo, las bandejas de bollería o las cubetas donde mantenían calientes huevos fritos y revueltos, chorizo, beicon y otros alimentos poco saludables y dudosamente indicados para hipertensos (pág. 143).

RECETA.— CRUMBLES DE PERA Y MANZANA.

Ingredientes:

4 cucharadas de copos de avena.
2 peras maduras.
2 manzanas maduras.
2 cucharadas de aceite de girasol.

4 cucharadas de azúcar moreno.
Canela en polvo.
250 ml de yogurt de soja.
50 ml de margarina vegetal.
30 g de almendras crudas.

Elaboración:

Se remojan los copos en agua y se calienta el horno a 180° C. Aparte se pelan las frutas y se trocean en dados. Se rehogan en la sartén a fuego suave en aceite, una cucharada de azúcar moreno y la canela unos 10 minutos. Se retiran y se deja enfriar. Se mezclan con el yogurt.

Se funde la margarina y se mezcla con los copos bien escurridos, las almendras, la harina de



avena y el resto del azúcar moreno.

Se rellenan los moldes con la mezcla de frutas y yogur y reparte por encima la mezcla de copos. Se hornean unos 15 minutos o hasta que se doren los copos.



1969 / Jerónimo Tristante

Santiago de la Ribera, junio de 1968...

A Robert le encantaba el Mar Menor, el sol, la paella y la sangría. Comía como si se lo fueran a quitar, como un fugado de un campo de concentración, y decía entre risas y “ohms” de admiración que en Indiana ni soñaban con algo parecido [...] (pág. 9).

RECETA.— PAELLA.

Ingredientes:

4 cucharadas de copos
avena.
2 peras maduras.
2 manzanas maduras.
2 cucharadas de aceite
de girasol.

4 cucharadas de azúcar
moreno.
Canela en polvo.
250 ml de yogurt de so-
ja.
50 ml de margarina ve-
getal.

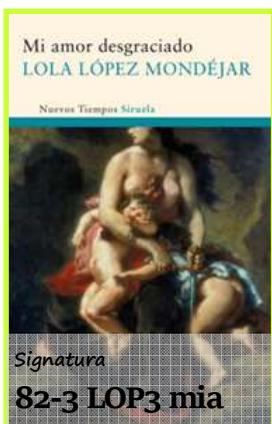
Elaboración:

En una cazuela de barro o pae-
llera puesta al fuego, con acei-
te, freiremos el pescado limpio





y cortado en trozos; cuando comience a dorarse, añadiremos el arroz rehogándolo bien y echando el pimentón y el agua hirviendo (doble volumen que de arroz). Machacaremos los ajos en el mortero con el azafrán, lo desleiremos en un poco de agua, añadiéndolo después al arroz y echaremos la sal, agregando los pimientos asados, pelados y cortados en trozos pequeños. Dejaremos que cueza unos 20 minutos y lo retiraremos. Ha de reposar 5 minutos antes de servirlo.



Mi amor desgraciado / Lola López Mondéjar

Cené sola en un restaurante indio, ya cerca de casa. De repente la ciudad era terriblemente grande para mí...

Quería estar en mi casa, en la cama, triste, paladeando mi soledad y su abandono como si fuesen un delicioso caramelo (pág. 137).

RECETA.— PUDIN DE CARAMELO.

Ingredientes:

200 g de azúcar.
50 g de mantequilla o margarina.
1 cucharadita de miel de caña.

300 g de nata para montar.
1,5 l de helado de vainilla.
125 g de nueces.
60 g de pistachos.
1 base clara de pasta quebrada.

Elaboración:

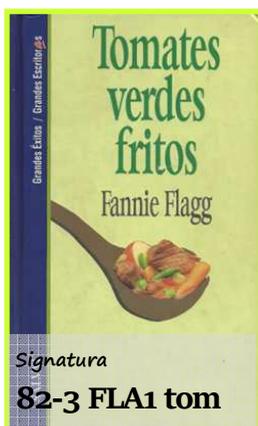
Caramelizar el azúcar. Añadir moviendo la mantequilla, la miel y 100 g de nata. y cocerlo 1 minuto. Dejarlo enfriar.

Poner a descongelar el helado. Picar nueces y añadir 100



g junto con 50 g de los pistachos al caramelo. Montar el resto de la nata y agregarla. Echarlo todo al molde. Añadir el caramelo y dejarlo congelar 6 horas.

Recortar la base al mismo tamaño que el helado. Volcar el helado sobre la base y decorarlo con las nueces y pistachos sobrantes.



Tomates verdes fritos / Fannie Flagg

— *¿Te he dicho alguna vez, Evelyn, que detesto las coles de Bruselas?*

— *No. ¿Y por qué no le gustan las coles de Bruselas?*

— *Pues no sé. Ni idea. Me gustan todas las demás verduras; aunque ni congeladas ni en lata. Me gustan frescas; y el maíz, las habitas, los guisantes, y los tomates verdes fritos...*

— *¿A que no sabía que el tomate es un fruto? -*

dijo Evelyn.

— *¿De verdad? -dijo Mrs. Threadgoode sorprendida.*

— *Y tan de verdad.*

Mrs. Threadgoode la miró perpleja.

— *Pues ésta si es buena. Me he pasado todos los años de mi vida convencida de que era verdura. ¿O sea que el tomate es un fruto? (pág. 396).*

RECETA EXTRAÍDA DE LA NOVELA.– TOMATES VERDES FRITOS.

Elaboración:

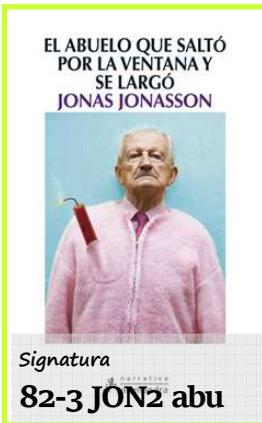
Ingredientes:

1 tomate de ensalada mediano por persona.

Aceite.
Pimienta.
Sal.
Harina de maíz.



Corte el tomate a rodajas de 1 cm, aderece con sal y pimienta y rebócelo con la harina de maíz. En una sartén grande de hierro, caliente suficiente aceite de freír para cubrir el fondo, y fría los tomates hasta que estén ligeramente dorados por ambos lados.



El abuelo que saltó por la ventana y se largó / Jonas Jonasson

El jefe quería dar un paso más, por ejemplo, mezclando formol con la comida. Había oído que así lo hacían en Asia, y su idea era importar de Filipinas albóndigas que harían pasar por suecas. Por barco sería barato, pues con la cantidad adecuada de formol las albóndigas se conservan frescas hasta tres meses, incluso a una temperatura de treinta y pico grados.

El precio de compra sería tan bajo que, con el tiempo, ni siquiera tendrían que decir que las albóndigas eran suecas para que los números cuadrasen [...] (pág. 57-58).

RECETA.— ALBÓNDIGAS CASERAS CON PATATA CON HIERBAS FRESCAS.

Ingredientes:

300 g de patatas cocidas con la piel (del día anterior).
15 g de harina.

Sal.

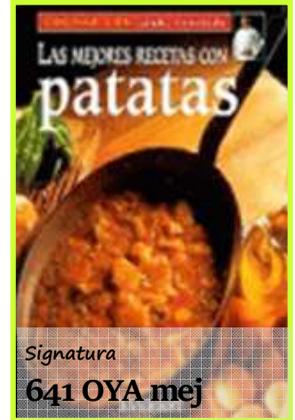
Pimienta negra.
Hierbas frescas (cebollino, perejil, etc.)
Aceite de oliva para freír.

Elaboración:

Pelar las patatas cocidas y rallarlas. Mezclarlo todo con la harina y las hierbas finamente picadas y condimentar con la sal y la pimienta. Con las manos húmedas amasar la mezcla hasta que esté bien ligada. Hacer bolitas y rodarlas en la harina. Freírlas a fuego medio en abundante aceite. Después colocarlas sobre papel de cocina para que suelten el aceite sobrante.

FUENTE: <https://goo.gl/OfZhLe>

También puedes encontrar en la **Biblioteca Río Segura:**
Las mejores recetas de patata / Cocinar con Iñaki Oyarbide.



La noche soñada / Màxim Huerta

Nunca aquella puerta cerrada ha estado más abierta que aquella tarde en la que las claras de huevo se quedaron hechas líquido, las nubes del cielo de mi pueblo crearon merengue para regalar pasteles a todos los vecinos y supe que Contigo en la distancia era el nombre de la valla que me sepa-

raba de mi vecina. (pág. 124).

RECETA.— LECHE MERENGADA.

Ingredientes:

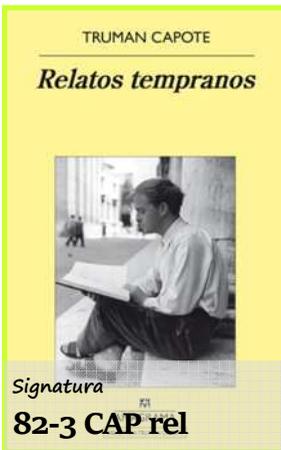
4 tazas de leche de almendras (avena, o soja).
La piel de un limón.
1 rama de canela.

4 cucharadas de sirope de arce (o azúcar moreno al gusto).
Canela en polvo para decorar.

Elaboración:

Poner todos los ingredientes en una cazuela y esperar a que rompa a hervir. Una vez empiece a hervir, retirar del fuego y dejar enfriar a temperatura ambiente.

Colar para eliminar la corteza del limón y la canela. Ponerla en el frigorífico y, a la hora de servir, espolvorear canela molida por encima.



Relatos tempranos / Truman Capote

La niña apuntó con el dedo una vitrina anticuada llena de dulces baratos —grageas, pastillas de goma, bastones de caramelo con sabor a menta, rompemuelas, todo mezclado—. Al tiempo que la niña señalaba sus objetos de deseo la mujer los alcanzaba en la vitrina y los metía en una bolsita de papel de estraza. Se quedó mirando con suma atención a la niña mientras ésta elegía sus compras una a una [...] (pág. 35).

RECETA.— GOLOSINAS DE FRUTAS.Ingredientes:

250 g de puré de fruta
(al gusto, fresas, ciruelas,
mango, etc.) o zumo de
naranja.

200 ml de agua mineral.

150 g de azúcar.

8 g de agar-agar
(polvo).

Algo más de azúcar pa-
ra rebozarlas.

Canela en polvo para
decorar.

Elaboración:

Ponemos a hervir el agua, y cuando hierva, espolvoreamos sobre ella el agar-agar en polvo y sin apartar del fuego, removemos constantemente dejando hervir durante dos minutos más.

Aparte, mezclamos el puré de fresas o el zumo de naranja con el azúcar.

Apartamos del fuego el agar-agar, mezclamos con la fruta, y devolvemos al fuego. Removemos sin parar durante 2 minutos más, vertemos en los moldes elegidos y dejamos enfriar a temperatura ambiente (pueden utilizarse moldes para cubitos). En una hora está listo para degustar, aunque se puede dejar en el frigorífico.

Comprobar que esté firme al tacto, desmoldamos y cortamos en tamaño y forma que más nos guste.

Y rebozamos en azúcar para servir.

Guardar en el frigorífico, al ser todo natural y no llevar ningún conservante.



FUENTE: <https://goo.gl/TvAptt>



Nuestra parte del trato / Antonio Manzanera

Despegó con el dedo índice la goma del envoltorio y separó con delicadeza el papel de plata para dejar a la vista el aspecto deliciosamente fino de la tableta. Arrancó una onza y se la llevó a la boca. Al hacerlo, reparó en los ojos abiertos como platos con los que lo miraba el chico.

— ¡Hostias! ¡Chocolate!

— Perdona -dijo Urquiza masticando-, es que a esta hora me entra hambre, y con el esfuerzo...

— ¿Quieres un poco?

— Gracias. -El chocolate fue visto y no visto-. Hará más de un año que no pruebo esto.

— A mí me lo recetan, volví anémico del frente [...] (pág. 173).

RECETA.— TRUFAS DE CHOCOLATE.

Ingredientes:

300 g de chocolate.
200 g de chocolate blanco.
1 bote de leche condensada.

100 g de margarina.
1 chorrito de brandy.
Fideos de chocolate.
Azúcar glas.
Chocolate en polvo.

Elaboración:

Deshaz al baño maría el chocolate, luego incorpora la margarina y mézclalo bien.

Después añade el licor poco a poco y la leche condensada



hasta obtener una masa homogénea.

Extiende la masa sobre una fuente y ponla a enfriar al frigorífico unas 4 horas.

Pasado ese tiempo, coge porciones de masa con la ayuda de una cuchara y dales forma redondeada con las manos.

Reboza algunas con los fideos de chocolate, y otras con un poco de chocolate en polvo y otras con azúcar glas.

Poner todos los ingredientes en una cazuela y esperar a que rompa a hervir. Una vez empiece a hervir, retirar del fuego y dejar enfriar a temperatura ambiente.



CLUBES DE LECTURA DE LA RED
MUNICIPAL DE BIBLIOTECAS DE MURCIA

<http://clubesdelecturamurcia.es/>

Servicios web



www.elquijoteyyo.net/



<http://rmbm.org/rinconlector/index.htm>



<http://rmbm.org/catalogo/index.htm>



Biblioteca Río Segura

C/ Cartagena, 74, Pabellón 2
30002 Murcia

Teléfono: 0034 968 351 550

Correo electrónico: riosegura.rmbm@ayto-murcia.es

Internet: rmbm.org/bibliotecas/riosegura.htm

Internet: www.murcia.es

Selección, clasificación y documentación: Francisca Gilabert con la colaboración de M.ª Rita Funes.
Coordinación: Pedro Antonio Jiménez Martínez.