



BERBERECHOS LÓPEZ



Ingredientes: 1 lata de berberechos (que no sean de los muy pequeños, si hay presupuesto para grandes, mejor), 1 sobre de puré de patatas, 1 paquete de lechuga (uno de esos que vienen varios tipos mezclados que le da color), aceite, vinagre, pimienta y sal.

Preparación: en un cazo ponemos a calentar medio vaso de agua, medio vaso de leche un poco de sal y el caldo de nuestra lata (si a alguien le gusta, también puede echarse una bolita de mantequilla,). Cuando veamos que va a hervir, añadimos los berberechos (reservando cuatro o cinco que estén guapos para adornar luego) y puré de patatas hasta que la mezcla espese y se quede a nuestro gusto (mejor vaporosa que mazacote, por favor).

Servimos el puré en un plato y lo adornamos con un poco de la mezcla de lechugas (o de brotes tiernos, o de nuestro hierbajo favorito) que habremos aliñado antes mezclándola bien en un bol. Rematamos la faena espolvoreando un poco de pimienta molida, adornando con cuatro o cinco berberechos y un hilillo de aceite de oliva virgen extra. Un entrante rico, fácil y de lo más aparente.

CALLOS CON GARBANZOS AL ARREBATO

Ingredientes: 1 bote de cristal de garbanzos, 1 lata de callos, un bote de salsa Tika Masala (un curry indio), 1 paquete de taquitos de jamón, 6 rodajitas de chorizo, 1 lata de cebolla frita, 3 dientes de ajo, aceite de oliva y sal



Preparación: en un perol, ponemos un poco de aceite y los ajos picaditos. Cuando se doren añadimos el contenido de nuestra lata de cebolla frita, un puñado de taquitos de jamón y unas rodajitas de chorizo (cortadas finas para que se hagan antes). Le damos una vuelta, ponemos un poco de sal y añadimos tres dedos de agua (o caldo si tenemos por ahí un brick), poca cosa que no queremos que quede demasiado caldoso. Lo dejamos hirviendo 10 minutos y añadimos el contenido de la lata de callos y una cucharada generosa de nuestra salsa hindú Tika Masala (se encuentra fácil en cualquier Carrefour, Corte Inglés

o similar) que le va a dar un toque de picante suave muy rico. Removemos hasta que los callos se suelten y echamos los garbanzos de bote tal cual vienen, mezclamos bien y los dejamos a fuego suave, añadiendo un poco de agua si hiciera falta, otros quince minutos (o hasta que probemos un garbanzo y esté a nuestro gusto, que suele ser lo más fiable) y listo. Iba a decir que una receta de casquería fina, pero la verdad es que hablando de callos y garbanzos, la palabra "fina" quizás no sea la más adecuada.

GAZPACHO DE PERA



Ingredientes: 1 lata de peras en almíbar (mejor si no es un almíbar muy dulce), 1 limón, un manojo de albahaca fresca.

Preparación: escurrimos el líquido de la lata de peras en almíbar y ponemos la fruta en un vaso para batir. Le añadimos el zumo del limón que habremos exprimido previamente, y unas cuantas hojas de albahaca fresca. Lo batimos todo bien (si nos gusta más líquido se le puede añadir un poco del almíbar que le habíamos quitado) y lo dejamos enfriar en la nevera hasta el momento de servir. Lo presentamos con una hojilla de albahaca y tenemos un postre de lo más chulo y frugal.

ESCUETAS DE POLLO



Ingredientes: 1 pechuga de pollo, leche, 1 limón, 1 bote de cristal de patatas, 1 lata pequeña de cebolla frita Hida, aceite de oliva y sal.

Preparación: cortamos la pechuga en filetillos finos y los ponemos en un plato hondo. Cubrimos con leche y el zumo de medio limón y lo dejamos macerando una horita. Cuando llegue la hora de comer, lavamos unas cuantas patatas de bote y las cortamos en rodajas. Ponemos un poco de aceite en una sartén y le damos una vuelta a las patatas para que cojan un poco de color. Añadimos el bote de cebolla frita, un poco de sal y removemos bien. Cuando lo veamos con color, lo ponemos en un plato a modo de

cama para nuestro pollo. Es el turno de freír los filetillos. Nuevamente ponemos un poco de aceite (poco) y vamos haciendo el pollo con cuidado. Al principio soltará la leche y tendrá un aspecto sospechoso, pero esta enseguida se evaporará y los filetillos comenzarán a coger un aspecto tostado de lo más apetecible. Hay que estar atento para que no se nos quemen. Los ponemos sobre las patatas con un poco de sal y listo.

Íntima confesión: como sale en la foto y no voy a ponerme a borrarla con el photoshop, he de reconocer que le puse también una alcachofa que andaba perdida por la nevera, salteándola al principio con las patatas. Si vuestra religión dietética os lo permite, merece la pena.

BARBATESA



Ingredientes: 1 paquete de hamburguesas de atún “Abrir y listo” de Isabel, pan de hamburguesa, 2 lonchas de bacon, tomate, lechuga, cebolla, aceite, ketchup y mostaza.

Preparación: cortamos las dos lonchas de bacon por la mitad y las hacemos en una sartén hasta que estén doradas y crujientes. Abrimos el paquete de hamburguesas (vienen dos) y ponemos una en la sartén con un poco de aceite, hasta que se nos haga por ambas caras (lo que será muy rápido). Calentamos un poco el pan en la tostadora, ponemos lechuga, tomate y cebolla al gusto y plantificamos encima nuestra hamburguesa, rematada

gloriosamente con el bacon tostadillo (sino tanta comida sana de golpe puede causar un grave shock en estómagos no acostumbrados). Chorreoncillo de mostaza y ketchup, y barbatesa completada con éxito.

FAMÉLICAS DE SALMÓN



Ingredientes: 1 sobre de salmón ahumado (Carrefour en este caso), 1 puerro, 1 envase de crema de queso de cabra President, aceite y sal.

Preparación: lavamos bien el puerro, lo partimos y lo cortamos en tiras finitas (en juliana, vamos). Ponemos un poco de aceite en la sartén y lo salteamos hasta que coja color, pero manteniendo una textura crujiente, con un poco de sal. Lo escurrimos bien y lo ponemos en un plato, donde lo mezclamos con un poco de crema de queso de cabra. Extendemos las lonchas de salmón, las rellenas con la verdurilla y las enrollamos haciendo una especie de

rollitos curiosones. Sólo queda ponerlos en un plato y adornarlos con un poco de nuestra salsa favorita.

DONUT BORRACHO



Ingredientes: 1 Donut, 1 envase de crema catalana preparada (hay varias marcas, la de Dhul, por ejemplo está rica), 1 botella de Pedro Ximénez (debería sobrar o tenemos un problema), caramelo líquido.

Preparación: en una sartén al fuego ponemos a reducir un chorreón de Pedro Ximénez. Cuando se evapore el alcohol y veamos que va cogiendo un poco de consistencia, abrimos el Donut por el medio y ponemos en la sartén la mitad inferior para que se empape en el vino. Lo sacamos con cuidado (y con una espumadera, claro) y lo ponemos en un plato. Lo untamos bien de crema catalana y lo cubrimos con su otra mitad, que habremos empapado también en

el vino de la sartén. Ya de perdidos al río, lo adornamos con un poco de caramelo líquido. Va a quedar de lo más chulo. Eso sí, es recomendable no pesarse en unos días. Para ahorrarse disgustos, más que nada.

HUEVO IMPREVISTO

Ingredientes: 1 huevo, 1 rebanada de pan de molde (en mi caso Bimbo integral 8 cereales), vino Pedro Ximénez , 1 medallón de mousse de pato Aoste (o foie-gras del que tengas), aceite y sal.



Preparación: en una sartén caliente ponemos un chorreón generoso de Pedro Ximénez. Dejamos que se evapore el alcohol y cuando empiece a coger una apariencia menos líquida, ponemos en la sartén nuestra rebanada de pan, sin ningún miramiento. Que empape por un lado y, rápidamente (mientras sea manejable, que si la dejamos mucho se nos ablanda) le damos la vuelta y que empape por el otro lado. La sacamos con una espumadera y la ponemos en el plato en el que vayamos a presentar. Dejamos los restillos de vino en la sartén, añadimos un poco de aceite y una dosis al gusto del foie-gras o similar. Removemos bien y cuando esté caliente,

ponemos allí el huevo. Lo tapamos y lo dejamos hasta que esté hecho. Lo ponemos encima del pan, con un poco de sal (y si quieres, algo de perejil) y nos queda un plato de mucho lucimiento.

POSTRE LAICO DE SEMANA SANTA



Ingredientes: 1 bolsa de pan Bimbo "Milk" (es un pan de molde nuevo, redondo y con pepitas de chocolate), leche evaporada Ideal, mermelada de frambuesa (o de la que más te guste o tengas en casa) 1 postre lácteo de chocolate (de esos tipo yogur de chocolate).

Preparación: cogemos una rebanada del pan de molde con pepitas de chocolate y la humedecemos un poco (vuelta y vuelta) en la leche Ideal que hemos puesto en un plato. No es necesario que empape mucho, simplemente un poco, para que luego nos quede más jugosa. Ponemos la rebanada en otro plato y le ponemos por encima una capa de postre lácteo de chocolate. Repetimos la operación con otra pieza de pan, pero ahora le ponemos por encima

mermelada. Ponemos una tercera capa y cubrimos bien, incluso por los laterales, con el resto del postre lácteo de chocolate. Se nos va a quedar como una tarta de chocolate de lo más curiosa. Pequeñita pero muy aparente. Sólo queda meterla en la nevera, dejarla enfriar y que las diferentes capas se acoplen. Al servir, podemos cortarla en cuatro pedazos y adornarla con una guinda y un palillo como si fuera un sándwich para gordos de chocolate.

POTAJE DE VIGILIA



Ingredientes: 1 paquete de merluza en salsa verde congelada Pescanova, 1 bote de garbanzos con espinacas La Asturiana (Carrefour, Dia...), 1 lata pequeña de cebolla frita Hida, 1 huevo, pimentón, aceite, sal.

Preparación: en una cacerola preparamos dos (suelen venir 4) de las piezas de merluza congelada, siguiendo las instrucciones del envase. Cuando esté casi lista, le añadimos el contenido de nuestra lata de cebolla, unas gotas de aceite y le damos una vuelta con la cuchara de palo, aprovechando para ir troceando las piezas de merluza, que ya estarán blanditas. Le añadimos un poco de pimentón y sal, agregamos el contenido del bote de garbanzos con espinacas y removemos bien. Ahora todo es cuestión de

añadir un poco de agua (sin pasarnos para que luego no quede excesivamente caldoso) y dejarlo unos 10 minutos (hasta que los garbanzos estén a nuestro gusto) a fuego suave y agitando de cuando en cuando la perolilla para que se hilvane todo adecuadamente. Finalmente, adornamos con unas rodajillas de huevo duro y a zampar. Puro atavismo estacional y semanasantero.

ATÚN VACÍO (es que es ISABEL y como todo el mundo sabe "el iSABEL no ocupa lugar")



Ingredientes: 1 paquete de atún Isabel con tomate "abrir y listo", 1 lata de tomate natural entero, 1 lata pequeña de cebolla frita Hida, vinagre de Módena, aceite, azúcar, sal y una hoja de laurel.

Preparación: cójase el paquetillo de atún Isabel con tomate y vuélquese en un plato, con cuidado de no romperlo, que viene muy pinturero y aparente. En una sartén con un poco de aceite caliente ponemos el contenido de la lata de cebolla, lo dejamos hacerse un poco y le añadimos el contenido de la lata de tomate entero, escurrido de su líquido. Le ponemos una hoja de laurel, sal, un poco de azúcar, y con una cuchara de madera le vamos

dando vueltas, troceándolo mientras lo hacemos. La cosa es que se nos vaya haciendo un tomate frito pero no triturado, sino enterito. Que se vean los pedazos de tomate, que luego dan una textura estupenda y distinta, de lo más impostora. Se le añade un chorreón (no excesivo) de vinagre de Módena y se deja hacer, removiendo de vez en cuando, hasta que veamos que el tomate no tiene líquido y presenta un aspecto brillante y apetecible. Es el momento de coger el atún y, despreciando prácticamente en su totalidad la salsa que lleva, juntarlo con nuestro excelso tomate. Lo cubrimos con nuestra salsa y dejamos que se caliente. Ya sólo queda emplatarlo y adornarlo con la hoja de laurel, que no están los tiempos para desperdiciar nada.

TORTILLA DE MIGAS COMO MUY CAMPESTRE



Ingredientes: 1 envase de migas precocinadas (hay varias marcas en la zona de refrigerados), unas lonchas de bacon, un poco de salsa de soja, un par de huevos, un par de dientes de ajo y aceite.

Preparación: en un bol ponemos uno de los envases de migas (suelen venir divididos en dos para que sea más fácil dosificarlas) deshaciéndolo un poco con las manos para que queden sueltas. En una sartén freímos unas cuantas lonchas de bacon cortadas en pedacitos (digamos unas 5) y cuando estén doradas y crujientes, las echamos sobre las migas. Batimos un par de huevos y en vez de sal le añadimos un chorreón de salsa de soja.

Removemos bien y lo añadimos a las migas. En una sartén caliente con un poco de aceite ponemos un par de dientes de ajo bien picaditos a dorar. Cuando cojan color, añadimos el contenido del bol, volvemos a remover para que se mezcle todo bien y procedemos como si fuera una tortilla de patatas. Dejamos que se nos cuaje por una cara (poco tiempo para que no se nos queme) y con ayuda de un plato, le damos la vuelta y dejamos cuajar por el otro lado. Si luego servimos cada ración con un par de pimientos verdes fritos por encima, la cosa nos queda para nota.

CHOCOLATAS DE MANDARINA



Ingredientes: 1 lata de mandarinas en almíbar, 1 envase de fondue de chocolate Nestlé para microondas, 1 bote de mermelada de naranja.

Preparación: calentamos el envase de la fondue al baño de María (el microondas y yo no nos llevamos bien, es más, no tengo, pero si lo tienes puedes usarlo tranquilamente. Si hay algo peor que un microondas es un talibán anti-microondas) hasta que el chocolate quede debidamente líquido. Escurrimos las mandarinas, las introducimos con cuidado en la fondue

para que se bañen de chocolate, las sacamos y depositamos sobre un film plástico de esos de cocina. Astutamente las metemos en la nevera para que el chocolate vuelva a solidificarse y podamos manipularlas a gusto. En un plato extendemos una capa fina de mermelada de naranja y cuando los gajos de mandarina estén fríos, los despegamos cuidadosamente del plástico y los vamos poniendo por encima. Sólo queda adornar con una hojilla de menta o de albahaca, y a triunfar.

PINCHO DE MERLUZA JAMONA



Ingredientes: 1 paquete de lomos de merluza congelada, unas lonchas de jamón, 1 tomate, aceite de oliva virgen extra, romero, sal y pimienta.

Preparación: se descongelan los lomos de merluza (mejor en la nevera de un día para otro). Se deja calentar el horno a 190 grados. En una fuente que aguante el calor se ponen los lomos de merluza con un poco de sal y pimienta. Cortamos el tomate en rodajas y colocamos una sobre cada lomo. Doblamos una loncha de jamón y la ensartamos en un palillo, clavándolo luego sobre el tomate, en el pez. Un hilillo de aceite por encima, espolvoreamos con abundante romero

y al horno. Deberán permanecer ahí por espacio de 10 minutos. A triunfar.

SALCHICHORRADAS



Ingredientes: 1 paquete de salchichas (mejor grandecitas, tipo Jumbo de Oscar Mayer), 1 lata de tomate entero al natural, 1 sobre de puré de patatas, 1 lata pequeña de cebolla frita (o media cebolla natural) leche, queso rallado, vinagre de Módena, aceite, sal.

Preparación: en una sartén con un poco de aceite echamos el contenido de la lata de cebolla y la dejamos que se nos acabe de sofreír (si es cebolla natural, cuando esté doradita). Añadimos el contenido de la lata de tomate entero y le ponemos sal, un poco de azúcar e, importante detalle, un chorreoncillo de vinagre de Módena que le va a dar un sabor muy especial y es la gracia de esta receta. Removemos bien y mientras

se va haciendo vamos partiendo los pedazos de tomate con un tenedor. La idea es que se nos quede un tomate frito bastante entero, en el que se distingan un poco los pedazos de tomate. Nos peleamos con él hasta que quede compacto e hilado. Hacemos el puré siguiendo astutamente las instrucciones del paquete y freímos la salchicha troceada con un poco de aceite. Sólo nos queda montar el plato. Una montañita de puré de patatas, tomate frito por encima, un poco de queso rallado y los trozos de salchicha rematando la faena. Unas hojas de rúcula (si tienes, si no orégano o algo así) un poco más de queso rallado y un hilo de aceite no van a venirle nada mal.

GARBANZOS NEGROS



Ingredientes: 1 bote de cristal de garbanzos, 1 lata de calamares en su tinta, 1 lata de chipirones en su tinta, ½ cebolla (o una lata pequeña de cebolla frita), 4 dientes de ajo, pimentón, sal, aceite de oliva.

Preparación: en una cacerola con un poco de aceite ponemos media cebolla troceada (o la latita equivalente) y los dientes de ajo enteros, un poco aplastados para que den más sabor. Cuando el sofrito esté doradillo, le ponemos un poco de pimentón, sal, le damos una vuelta y lo cubrimos con un poco de agua. Se deja hirviendo 5 minutos a fuego suave y se añaden los garbanzos tal como vienen. Si vemos que nos falta le ponemos un poco más de agua. Poca, para que luego no

nos quede muy caldoso. Dejamos los garbanzos a fuego suave otros 10 minutos (o hasta que veamos que están tiernos), agitando un poco el puchero por las asas para que hile todo bien, añadimos las dos latas, removemos, esperamos a que nos dé un hervorcillo y lo retiramos del fuego enseguida para que no se endurezcan los calamares. Helo aquí, un primoroso guisote con un aspecto portuario de lo más conseguido.

SALMOREJILLONES



Ingredientes: 1 tarrina de salmorejo Alvalle, 1 lata de mejillones al natural (yo he usado unos en salmuera magníficos, de marca AMC -Asociación Mejillones de Cabo Cruz-, de Pontevedra, que vienen en un envase redondo de plástico y que se encuentran en la zona de refrigerados) Rebocina Royal, 1 huevo duro, unos taquitos de jamón, aceite de oliva virgen extra y sal.

Preparación: agitamos bien el envase de salmorejo (que no esté frío de la nevera, mejor del tiempo) y lo extendemos en un plato llano, ponemos un par de cucharadas de Rebocina Royal (preparado instantáneo para rebozar) y las mezclamos con el caldo de los mejillones

(o agua), siguiendo las instrucciones del paquete. Rebozamos los mejillones, los freímos y los dejamos en un papel absorbente. Ya sólo queda colocarlos en el centro del plato, sobre el salmorejo, ponerles un poco de sal y adornar con huevo duro picado y unos taquitos pequeños de jamón. Un hilillo de rico aceite de oliva virgen extra acabará de completar el engaño, para pasmo y deleite de nuestros incautos invitados.

ROSCÓN REPUBLICANO



Ingredientes: 1 ensaimada (vale una que compraras el día anterior, incluso, y que te haya sobrado), 1 postre lácteo de trufa (de esos tipo yogur de chocolate), azúcar moreno, miel, guindas y M&M, Lacasitos o pastillas de chocolate de colorines similares.

Preparación: no hay roscón que se precie sin un agujero en medio, así que eso es lo primero que vamos a hacer. Con un cuchillo le hacemos un pequeño círculo central y lo retiramos. Abrimos nuestra ensaimada por la mitad, extendemos una generosa capa del postre de trufa, y le volvemos a poner la otra mitad encima. Lo adornamos con unas guindas partidas por la mitad, un hilillo de miel que le de brillo y un poco de azúcar moreno que va a

darle un aspecto tostadillo, como de recién salido del horno. Rellenamos el agujero del centro (ya la Física nos demuestra que la naturaleza, sobre todo la gorda, odia el vacío) de Lacasitos o similares y si tenemos el día puntilloso, podemos espolvorearlo con un poco de azúcar glas.

CON FUSIÓN DE MARISCO



Ingredientes: 1 paquete de vieiras congeladas con concha (en el mío venían tres), 1 paquete de noodles 1 diente de ajo, una lata pequeña de cebolla frita Hida (o cebolla natural picada si se quiere currar un poco), un poco de salsa de soja, un poco de salsa teriyaki (si no tenéis, tampoco vayáis a comprar un bote sólo para esto), 1 vaso de vino blanco, aceite de oliva virgen extra y perejil.

Preparación: ponemos agua a hervir y los noodles en un bol. Cuando el agua hierva, la echamos por encima de los fideos chinos y los tapamos con un plato. En 3 minutos estarán en su punto. En la sartén, con un poco de aceite, ponemos el ajo picado, y lo ponemos a freír. Cuando empiece a dorarse, añadimos el contenido de la lata de cebolla, removemos

bien y dejamos que se nos haga un poco más. Es el momento de añadir un chorreón de soja y otro de teriyaki (para darle ese toquecillo oriental-fusión que tanto agradecen las visitas) otra vuelta y añadimos el vino blanco, dejamos que se evapore el alcohol y se ligue un poco nuestro preparado, y listo. Ponemos en un plato las conchas vacías de las vieiras, les ponemos dentro un puñado de fideos chinos bien escurridos y por encima la salsa que hemos preparado. Rematamos el invento con la vieiras hechas a la plancha en la sartén con dos gotas de aceite (se hacen muy rápido, que nos cojan color por un lado, les damos la vuelta, otro poco por la otra cara y listo), un poquito de sal gruesa y perejil. De rico, riquísimo y de chulo y lustroso, ni hablamos.

SOLOMILLO ALIANZA DE CIVILIZACIONES



Ingredientes: 1 solomillo de cerdo de los que vienen ya en una bandejita del súper (o un par de ellos, que ya puestos...) 1 bote de mostaza antigua (la que tiene como semillitas), miel, dátiles, pasas, aceite de oliva virgen extra, pimienta y sal.

Preparación: limpiamos el solomillo de algún pellejo sobrante, le ponemos sal y pimienta y lo untamos generosamente con la mostaza. Lo ponemos un recipiente que aguante el calor y con un hilillo de aceite por encima lo metemos en el horno precalentado a 200 grados. Lo tenemos allí 20 minutos. Lo sacamos con cuidado, le ponemos por encima abundante miel (si es espesota y rica, mejor), y volvemos a meterlo en el horno, en donde estará otros

veinte minutos. Cinco minutos antes del final le ponemos por encima unos cuantos dátiles y un buen puñado de pasas. Ya sólo queda filetearlo y ponerlo bonito. Una ramita de romero de adorno y a servir.

TORTAS PATAKY



Ingredientes: 1 paquete de tortas en aceite (Inés Rosales o similar), 2 envases de postre lácteo de trufa (Nestlé o uno de esos), 1 envase de leche evaporada Ideal (uno pequeño de los de cristal sobrar ), sirope de fresa.

Preparación: en un bol desmigamos una de las tortas y la mezclamos con un chorreón de leche evaporada hasta formar una pasta. Añadimos uno de los postres de trufa y removemos bien. Por otro lado, en un plato ponemos una capa de leche evaporada y vamos mojando en ella tres tortas (por el lado menos brillante que absorberá más). Poca cosa, que cojan un poco de humedad y basta. Ahora hay que montar el invento. En una fuente resistente al horno ponemos una de las tortas y la cubrimos con la mitad de la mezcla que teníamos en el bol. Ponemos otra torta encima y la cubrimos con el resto del preparado. Ponemos una

tercera torta encima y la cubrimos con el otro postre de trufa que tenemos, untando también los bordes, lo que le va a dar un aspecto más compacto. Lo metemos en el horno precalentado a 180 grados 5 minutillos de nada. Se trata simplemente de que tortas y postre de trufa se acoplen con el calor. La sacamos y antes de servir la adornamos con unos hilillos de sirope de fresa. Si la dej is reposar un ratito veréis que las tortas y el chocolate se acomodan y adquieren un aspecto más compacto de tarta tradicional. Eso ya depende de las prisas y el hambre que tengáis. En los dos casos la Pataky, con perdón, est  muy buena.

RIN RAN FALSARIUS STYLE



Ingredientes: 1 bote de los de cristal de patatas cocidas, 1 bote (o lata) de pimientos asados, 1 diente de ajo, 1 cebolla, 1 lata pequeña de atún en aceite, 1 huevo duro, aceitunas, aceite de oliva virgen extra, sal.

Preparación: ponemos, digamos, medio bote de patatas a hervir un par de minutos en agua (para quitarles cualquier evidencia conservera) y las reservamos. En un bol o vaso de batidora echamos una cucharada de pimientos rojos asados, el diente de ajo troceado, media cebolla picada, el atún (mejor no pasarse con la cantidad para que no predomine demasiado el sabor a pez), unas 10 aceitunas sin hueso, sal y un poco de aceite. Añadimos las patatas que teníamos y

lo trituramos con la batidora. El punto de trituración va en gustos, pero le va bastante bien no llegar a hacerlo puré y dejarlo un poco enterito, pero todo bien mezclado. Hecho esto, le añadimos más cebolla picada, unas cuantas aceitunas más sin hueso partidas por la mitad, un poco más de aceite y el huevo cocido troceado (que nos servirán de apetitosos tropezones) y lo revolvemos todo bien. Lo servimos sobre pan tostado, adornado como más nos guste o con un simple hilillo de aceite.

MERLUZA DE PINCHO



Ingredientes: 1 paquete de lomos de merluza congelada (en el mío venían 4), 8 langostinos (o gambones) congelados, 3 dientes de ajo, pimentón, aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta.

Preparación: se descongelan los lomos de merluza y los langostinos con tiempo (mejor en la nevera de un día para otro). Se deja calentar el horno a 180/190 grados. En una fuente que aguante el calor se ponen los lomos de merluza con un par de langostinos pinchados con un palillo encima. Se les pone sal, pimienta y un chorreoncillo de aceite y al horno. Deberán permanecer ahí por espacio de 10 minutos. Y como es un poco aburrido quedarnos mirando la pantalla del horno, porque como no tiene mando a distancia, no puedes hacer zapping y ponen siempre lo mismo, aprovechamos el tiempo. Pelamos los ajos y los cortamos en rodajas. Los freímos en una sartén

con aceite de oliva virgen extra, con el fuego no muy fuerte. Cuando estén doraditos y guapos, retiramos la sartén del fuego y añadimos el pimentón (una cucharadita o algo más si somos adictos como es mi caso). Yo suelo mezclar pimentón dulce y pimentón picante. Cuando esté el pescado, sacamos la fuente del horno y con una cuchara vamos echando el aceitillo con el pimentón y los ajos por encima de los lomos con langostinos. Es de contarlo y se me está haciendo la boca agua.

PASTEL DE CARNE "MODERN TIMES"



Ingredientes: 2 rollos de masa de hojaldre (sección de refrigerados, junto a las masas de pizza y demás), 1 lata de jamón cocido (la típica así como triangular de Apis), 1 lata de cebolla frita Hida, 1 lata de foiegras (en este caso paté de jabugo de Sánchez Romero Carvajal que estaba de oferta y está muy rico), salsa Perrins, 1 pizca de sal y pimienta.

Preparación: sacamos el jamón de su lata y lo pasamos por un rallador de agujero grueso (o lo troceamos en pedacitos pequeños con un cuchillo) para que se nos quede en plan carne picada. Lo ponemos en un bol y le añadimos la lata de cebolla frita, un pelín de sal (que el jamón ya lleva), un poco de pimienta rallada y unas gotas de salsa Perrins. Si le ponemos un hilillo de aceite de oliva virgen extra, tampoco pasa nada. Removemos bien y lo reservamos. En la placa del horno (previamente extraída, antes de ponerlo a calentar a

unos 200 grados) extendemos el hojaldre y enrollamos los bordes con anchura suficiente para que luego nos aguante el relleno. Pinchamos la masa varias veces con un palillo para evitar que luego se combe, y extendemos el preparado de carne que teníamos guardado. Sobre él, untamos una capa generosilla de nuestro foiegras favorito. Ya sólo nos queda recortar un circulillo de masa de hojaldre del tamaño aproximado de nuestro pastel, ponerlo por encima e ir plegando cuidadosamente los bordes para que nuestro pastel quede bien sellado. Al horno unos 25 minutos (su lujurioso aspecto dorado exterior será la mejor referencia) y está listo para ser exhibido con donaire y galanura camino de la mesa.

CREMA INVERNAL DE GAZPACHO



Ingredientes: 1 lata de tomate triturado de 400 g., dos zanahorias, 1 cebolla, 2 dientes de ajo, 1/2 guindilla verde en vinagre, agua, comino, sal, pimienta y 1 pastilla de Avecrem.

Preparación: Hacemos un sofrito con la cebolla, los dos dientes de ajo picados y la zanahoria troceadita. Cuando esté dorándose añadimos el contenido de la lata de tomate y lo dejamos que se haga tres o cuatro minutos añadiéndole un poco de pimienta, un poco de sal, comino al gusto y media guindilla verde (o un cuarto si no queremos que pique demasiado). Transcurrido este tiempo, añadimos agua (la que nos cabe en la lata de tomate vacía) y la pastilla de sopicaldo. Lo dejamos hirviendo a fuego medio unos 25 minutos. Quitamos la guindilla y pasamos lo demás por la minipimer (batidora para los más jóvenes). Un

delicioso plato de cuchara sabroso y revitalizante que, adornado con un poquito de huevo duro picado por encima, le gustaría hasta a Mafalda, que será bajita y cabezona, pero no gilipueñas.

MEJILLONES CON PAPAS, HIERBILLAS Y TOMATE



Ingredientes para dos personas: yo he usado unos 10 ó 12 mejillones en salmuera magníficos de marca AMC (Asociación Mejillones de Cabo Cruz, de Pontevedra, vienen en un envase redondo de plástico), pero podéis utilizar un par de latas de mejillones al natural, claro; 1 lata de tomate natural triturado de 400 g. (mejor para esta receta que el ya frito), 8 patatas de bote (alguna más si son de las pequeñas), orégano, perejil, pimienta, cilantro fresco (venga, que no es tan difícil de encontrar y le da un toque delicioso), aceite de oliva virgen extra, 2 dientes de ajo, sal y 1 bote de cebolla frita Hida de los pequeños.

Preparación: en una sartén ponemos el ajo picado y cuando coja un poco de color, añadimos la cebolla de bote. Removemos bien y añadimos el tomate triturado con sal y casi la misma cantidad de azúcar (que de sal, no de tomate). Cortamos en

lonchas (en plan patatas a lo pobre, como en tres partes) las patatas de bote, las enjuagamos y las ponemos en el tomate para que se vayan haciendo a la vez. Añadimos un poco de pimienta molida, perejil y orégano al gusto (mi gusto es abundante en este caso), removemos todo bien y a dejar que el tomate se haga. Que se haga bastante, que quede compactado, que luego un exceso de agüilla no le queda bien. Cuando lo veamos en su punto, añadimos los mejillones escurridos, los mezclamos bien con las patatas y el tomate y los dejamos el tiempo justo que se calienten y poco más que sino se ponen duros. Los servimos en el plato y lo adornamos con abundante cilantro picado. Lo pruebas y te dices a ti mismo: pura dieta mediterránea. Sea lo que sea es eso, que creo que es cuando las cosas, estando buenas, además saben a hierbillas. Pero no me hagáis mucho caso.

ZAMBURININJAS



Ingredientes: 1 lata de zamburiñas en salsa de viera (en este caso marca Frinsa, que están viniendo muy ricas), 1 paquete de noodles, 1 guindilla verde, 1 pimiento rojo, 1 verde (los venden congelados mezclados y en tiras para mayor comodidad), 2 dientes de ajo, aceite de oliva, sal.

Preparación: ponemos agua a hervir y los noodles en un bol. Cuando el agua hierva, la echamos por encima de los fideos chinos y los tapamos con un plato. En 3 minutos estarán en su punto. En la sartén, con un poco de aceite, ponemos los ajos bien picaditos, unos pedacitos de la guindilla (no hay fusión que se precie sin un toque de picante) y cuando el ajo comience a coger color, las tiras de pimiento y sal. Cuando

estén hechas a nuestro gusto, añadimos los noodles escurridos y los removemos con las verduras, añadiendo si queremos un poco más de sal (o unas gotas de soja, aunque luego el plato queda menos bonito y la coquetería también juega). Emplatamos y añadimos por encima el contenido de la lata de zamburiñas, si queremos previamente templadas en un cacillo.

ARROZ ARRISOTADO A LA BERLUSCONI

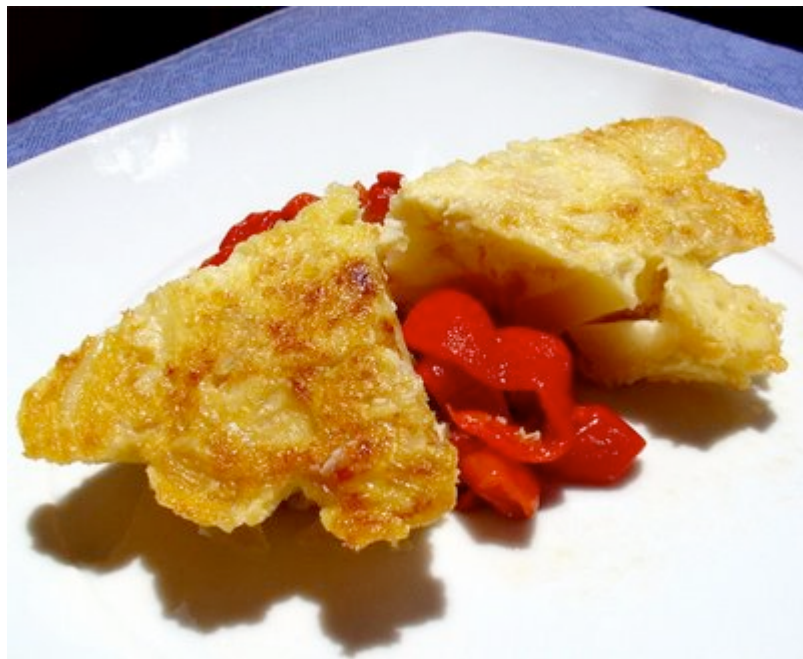


Ingredientes generosos para un comensal: 2 vasitos de arroz blanco, 8 gambones congelados, 2 alcachofas, 1 vaso de vino blanco, 1 cebolla, 2 dientes de ajo, pimentón, sal, mantequilla y aceite de oliva virgen extra.

Preparación: cocemos los gambones en un cazo mediano con no mucho agua (para que el caldo nos quede sustancioso) y sal. Congelados como vienen. Esperamos que vuelva a hervir el agua y enseguida estarán. Colamos el caldo y lo reservamos. Abrimos los vasitos de arroz, lo deshacemos con las manos en un bol (viene compactado) y lo cubrimos con el caldo de los gambones. Picamos el ajo y la cebolla y los ponemos a dorar con un poco de aceite. Añadimos las alcachofas troceadas y las dejamos hacerse un poco también. Es el momento de añadirle una

cucharadita de pimentón, darle una vuelta rápida y agregar un chorreón de vino blanco. Dejamos que se evapore el alcohol (aprovechando para inspirar profundamente, que da un puntito), añadimos los gambones que teníamos reservados, les damos una vuelta y echamos el arroz con el caldo. Cuchara de madera en ristre, vamos removiendo y agitando un poco la sartén para que el líquido se vaya evaporando. Cuando veamos que el arroz se está quedando seco, le añadimos algo más de caldo y mezclamos con la cuchara hasta que veamos que el arroz está jugoso, pero prácticamente sin caldo. Retiramos del fuego y le añadimos una cucharadita o dos de mantequilla, que iremos removiendo lentamente para que se vaya deshaciendo y mezclando bien con el guiso.

TARTILLITA DE PATATAS



Ingredientes: 1 bote de cristal de patatas peladas y cocidas, 3 huevos, 1 lata pequeña de cebolla frita, 1 bote de tiras de pimiento del piquillo.

Preparación: ponemos en el fuego un cacillo con un poco de agua y ponemos a hervir unas diez patatas de las de bote (según tamaño, claro). Un par de minutos. Lo justo para que pierdan cualquier atisbo de sabor a envasadas. Las reservamos. En un bol batimos los tres huevos, añadimos sal y el contenido de la lata pequeña de cebolla frita (de unos 125 g.). Añadimos las patatas cortadas en lonchas, removemos bien para se mezclen promiscuamente los ingredientes y lo ponemos todo en un molde del tamaño adecuado (el mío esta vez era una flanera mediana) . Lo metemos en el horno

precalentado a 200 grados y en una media hora (veinticinco minutos en este caso) estará. Desmoldamos y la acompañamos con unas tiras de pimiento del piquillo. Más que nada porque, como cualquier astuto impostor sabe, pones la tortilla sola y es un pincho; la pones con pimientos y de repente es primer plato de lo más chulo. Y ya puestos, que nos luzca.

GUISO MARINERO A LA OBAMA



Ingredientes: 1 bote de cristal de alubias blancas, 2 latas de calamares en salsa americana, 1 bote pequeño de cebolla frita, 5 dientes de ajo, aceite de oliva, pimentón y sal.

Preparación: puchero, unas gotas de aceite, aplastas un poco los ajos para que suelten mejor el sabor y los echas enteros, con piel incluida, para que se vayan dorando. Añades la cebolla frita, le das un par de vueltas con la cuchara de palo, metes un poco de pimentón, remueves más y le pones dos dedos de agua. Dejas que las verdurillas hiervan durante 5 minutos (para que se ablande un poco el ajo) y vuelcas dentro las alubias como vienen, con su jugo y todo, añadiendo un poco de agua si ves que falta. Vuelves a remover y las

dejas otros 5 minutos hirviendo a fuego suave. Como están precocinadas, bastará. Es el momento de añadir los calamares en salsa americana, dejar que vuelva a hervir y retirar del fuego para que no se pongan duros. Dejamos reposar el guiso un rato para que las alubias acaben de coger sabor y lo contrario de Bush, es decir, listo.

POSTRE PARA GORDOS DISIMULADOS



Ingredientes: 1 envase de pastel de yogur Royal, azúcar, 1 Tigretón (u otro bollito de tu preferencia), ½ litro de leche. Para la versión sin disimulos (como la de la foto) un poco de mermelada de frambuesa.

Preparación: se prepara el pastel de yogur siguiendo las instrucciones (básicamente mezclando a base de Minipimer la leche con el contenido del paquete y azúcar al gusto). En un molde (yo he utilizado varios envases de yogur vacíos, que luego dan muy bien el pego) ponemos una capita de mermelada, echamos un poco del yogur líquido, parte del Tigretón cortado en rodajas, otro poco de yogur (teniendo cuidado

de que entre bien por los laterales) más rodajas de bollito y cubrimos el final con más pastel de yogur. Se cubre con film transparente y a la nevera. Lo dejamos allí un par de horas y listo. En los envases de yogur se desmolda muy fácilmente despegando los bordes con un cuchillo fino y pinchando un poco el fondo. Especialmente si ni siquiera le hemos puesto mermelada, nos quedará blanquito e inofensivo como una comida de convaleciente. Una vez más, las apariencias engañan.

PUDIN DE LANGOSTA INFORMAL



Ingredientes: 1 lata Campbell's de crema de langosta, tres puerros, 3 huevos, 12 langostinos congelados (que a 6 euros el kilo no es ningún derroche), aceite de oliva, sal y pimienta.

Preparación: troceamos los puerros y los rehogamos en un poco de aceite, con sal y pimienta. Cuando estén hechitos, los ponemos en un recipiente en el que añadimos el contenido de la lata de crema de langosta y media lata más de caldo de cocer los langostinos de los que, por cierto, añadimos la mitad también troceados. Trituramos todo bien y lo volcamos en un bol donde hemos batido los huevos. Mezclamos adecuadamente y agregamos los langostinos restantes troceados, para que luego en nuestro pudin queden marisquiles tropezones de mucho engaño y grato regocijo. Lo volcamos todo en un molde y lo ponemos al baño de maría durante una horita más o menos (hasta que metiendo un palillo, nos salga limpio). Se deja enfriar, se desmolda y a engañar

debidamente a nuestro invitados. Iba a decir "como a chinos" pero desde lo del Tibet y las olimpiadas ya no soy tan inocente.

STEAK TARTARE CIVILIZADO



Ingredientes: 1 lata de magro de jamón cocido (Apis en este caso), 1 cebolla, alcaparras, salsa Perrins, Tabasco, pimienta, 1 limón, perejil, aceite de oliva virgen extra.

Preparación: sacamos el jamón cocido de la lata y lo lavamos amorosamente bajo el grifo para quitarle la gelatina que lleva por encima y que lo deja muy salado. Cogemos un rallador de agujeros gruesos y lo rallamos para que nos quede como carne picada. Queda muy convincente. Lo ponemos en un bol y lo espolvoreamos con pimienta molida. Como sal ya lleva, pasamos. Le añadimos unas cuantas

alcaparras y media cebolla picada, le ponemos un chorreón de nuestro mejor aceite de oliva, un poco de perejil, un chorreón generoso de salsa Perrins, unas gotas de Tabasco y si queremos (no es muy clásico pero le da un toquecillo) le exprimimos un poco de limón. Removemos vigorosamente con las manos y ya está. Sólo queda mantenerlo fresco en la nevera hasta el momento de servir, cuando lo adornaremos con cebolla muy picada y un poco más de perejil.

ENSALADA TIBIA DE LANGOSTINOS



Ingredientes: 1 docena de langostinos congelados, un bote de cristal de los de patatas peladas, 3 dientes de ajo, dos guindillas verdes también de bote, mayonesa, perejil, sal y aceite de oliva.

Preparación: cocemos unas doce patatas (más o menos según el tamaño de los entrañables tubérculos) en agua hirviendo un par de minutos y las reservamos. Picamos los ajos y los ponemos en la sartén con un par de cucharadas de aceite. Cuando empiecen a hacerse añadimos las guindillas cortadas en tres pedazos y las patatas rotas por la mitad. Removemos bien y añadimos los

langostinos descongelados, pelados y preferiblemente crudos (aunque si los habías comprado cocidos tampoco pasa nada). Cuando veamos hechos los langostinos y el conjunto nos haya cogido un colorcillo apetecible, retiramos la sartén del fuego, añadimos un poco de perejil, una cucharada generosa de mayonesa y removemos bien. Tomársela acompañada de una cerveza fresquita es opcional, pero yo diría que bastante recomendable. A la salud de Poe.

PIZZA ESENCIAL DE MEJILLONES



Ingredientes: 1 envase de queso fresco grandecito (el típico Burgo de Arias o similar), 2 latas de mejillones al natural (mejor talla grande), 1 paquete de queso rallado, 1 bote de alioli, 1 bote de Tumaca Cidacos (es como tomate crudo triturado) orégano, aceite virgen extra y sal.

Preparación: cortamos el queso en lonchas de 1 cm (en plan mini-pizzas) y las vamos poniendo sobre un papel de aluminio en la bandeja del horno, que habremos sacado antes de ponerlo a calentar a 200 grados. Sobre cada rodaja de queso esparcimos una cucharadita de tomate triturado, dos gotillas de aceite rico y un poco de sal. Encima acoplamos un par de mejillones bien escurridos (dos o tres, según el tamaño de cada rodaja) y sobre ellos una bolita de alioli. Lo cubrimos con queso rallado, espolvoreamos con orégano y al horno. Cuando el queso se funda, están en su punto. Y qué punto.

Nota laudatoria: tenía que decirlo. Los botecillos de Tumaca Cidacos son un vicio. Los descubrí por casualidad. Me encanta el pan tostado con tomate y aceite por las mañanas pero da un perezón horrible rallar el tomate, así que probé los tumacas preparados que han sacado varias marcas. Probé un par de ellos bastante flojos pero un día ví en una estantería, oh sorpresa, que la marca Hida había sacado uno. A su lado había uno de Cidacos que tampoco conocía, así que también me lo llevé. Y lo que son las cosas, el de Hida, con la admiración que les tengo, muy flojito, la verdad, caldosillo y decepcionante. El de Cidacos, por el contrario fue un descubrimiento. Sencillamente perfecto. Estoy enganchedo.

EL FOIE EN TIEMPOS DE CRISIS



Ingredientes: 1 medallón de mousse de pato de los que vienen envasados al vacío (no "foie gras" del bueno que se nos volatiliza el efecto ahorro. En muchos supermercados envasan el paté ellos mismos y sale muy bien de precio), 1 bote pequeño de salsa de arándanos (hay varias marcas), 1 copa de vino de Pedro Ximénez, y cebollino.

Preparación: No puede ser más sencilla. Cogemos el medallón de mousse (si vemos que es muy grueso lo cortamos horizontalmente en dos mitades y así parece más, que se note que somos impostores) y con unas gotas de aceite lo hacemos un poco en la sartén, dejando que se caliente y que coja tostadillo. Lo reservamos en un plato y en la misma sartén (con los restos incluidos) echamos otras dos gotas de aceite y una cucharada de salsa de arándanos. Removemos y

cuando esté bien caliente, le atizamos un lingotazo del Pedro Ximénez. Removemos con una cuchara de madera y observaremos que, por una sorprendente alquimia, el alcohol se va evaporando y aquello se convierte en una especie de apetitosa salsa. Pronto tendrá un aspecto lujurioso, así que antes de pasarnos y que parezca alquitrán, retiramos la sartén del fuego y echamos el líquido sobre el paté. Adornamos con un par de cebollinos y a triunfar.

TARTA THURMAN DE MELOCOTÓN



Ingredientes: 1 rollo de masa de hojaldre (sección de refrigerados, junto a las masas de pizza y demás) 3 envases de natillas (las mías eran Montero, quitándoles la galletilla), 1 lata grande de melocotón en almíbar, canela.

Preparación: Troceamos el melocotón en almíbar en lonchitas finas (con 4 ó 5 mitades llegará) y lo reservamos. En la bandeja del horno extendemos el hojaldre sobre el papel que trae y la pinchamos por varios sitios con un palillo. Enrollamos un poco el borde exterior de la masa, haciendo un especie de pequeña murallita por todo el perímetro, para que luego no se

nos desborde el contenido. Extendemos las natillas, cubriendo uniformemente todo el espacio de la tarta. Espolvoreamos con rica canela en polvo y lo cubrimos todo colocando ordenadamente las lonchitas de melocotón (como en la típica tarta de manzana). Ya sólo queda meter la bandeja en el horno precalentado a 200 grados y esperar una media hora (cuando el borde exterior del hojaldre esté subido y doradillo). Tendremos una tarta sencilla, nada empalagosa y que, sorprendentemente, pese a lo impostora que es, resulta de lo más casera. Y rica, como mi amiga Thurman.

BROCHETAS DE PULPO "Á FEIRA"



Ingredientes: 1 bandeja de pulpo cocido troceado envasado al vacío, 1 bote de patatas peladas y cocidas (de los de cristal), pimentón dulce y/o picante, aceite de oliva virgen extra, sal gruesa.

Preparación: Póngase (en plan meiga aquelarrosa) un puchero con agua a hervir. Cuando lo haga, cogemos unas cuantas patatas del bote (más o menos según nuestra particular patatofilia) y las dejamos hirviendo durante un par de minutos para quitarles cualquier resto de sabor a envasado. Las sacamos, escurrimos y reservamos. En el mismo agua ponemos la bandeja de pulpo sin abrir, claro, y lo dejamos calentar también dos o tres minutos. Abrimos el envase y volcamos el contenido en un plato hondo.

Podríamos tranquilamente cortar en lonchas la patatas poner el pulpo y aliñarlo con su pimentón y sus cosas, pero vamos a hacerlo en plan pinturero. Cogemos unos pinchos de madera de esos de brocheta y vamos ensartando con cuidado dos pedazos de pulpo, un pedazo de patata cocida, más pulpo y más patata, hasta completar la brocheta. Las ponemos en un plato, regamos con un poco del caldillo que traía el pulpo en el envase y les ponemos aceite, pimentón (preferiblemente picante) y sal gorda por encima. El pulpo más chulo del barrio.



PASTELCUENTO DE CALABAZA

Ingredientes: 1 lata o bote de cebolla frita (de la marca Hida en este caso), 1 brick de crema de calabaza (Knorr de 500 ml.), 1 paquete de queso rallado, 3 huevos, 1 cuña de un queso sabroso (con Provolone suelo hacerlo yo) pimienta, perejil y opcionalmente un poco de sal.

Preparación: Volcamos el bote de cebolla frita en una sartén (sin aceite, que ya trae) y dejamos que se haga un poco. Agitamos bien el brick de calabaza y lo vamos añadiendo mezclando bien, dejando que se caliente. Mientras se hace, cogemos un bol y ponemos en él los tres huevos batidos, dos o tres puñados generosos de queso rallado, un poco de perejil y un poco de pimienta. Si queremos podemos añadirle algo de sal, pero con cuidado que si usamos queso

Provolone, ya va a tener bastante sazón. Añadimos el contenido de la sartén y mezclamos bien. Podemos incluso darle unos toques con la Minipimer, para que quede todo más hilado. Es el momento de cortar unos tacos del queso Provolone (o el que queramos utilizar) y esparcirlos por la mezcla. Se quedan bastante enteritos y al comernos el pastel actúan de agradables tropezones. Ponemos todo el invento en un molde y lo metemos en el horno que habremos calentado previamente a 200 grados. En una horita más o menos estará en su punto. Lo dejamos reposar unos minutos y desmoldamos con cuidado. Ya puede irse jubilando el hada.

PERRITO CALIENTE DE MARCA (HOT DIOR)



Ingredientes: 1 paquete de salchichas (mejor un poco grandecitas y vistosas para que nos luzca más el plato), 1 rollo de masa de hojaldre (sección de refrigerados, junto a las masas de pizza y demás) , ketchup y mostaza.

Preparación: no puede ser más sencilla. En la bandeja del horno extendemos la masa de hojaldre sobre el papel con el que viene en el envase que es especial para el horno. Cogemos una salchicha, la ponemos encima y cortamos con un cuchillo la cantidad suficiente de masa para envolverla. La operación envoltura debe ser un tanto cuidadosa. Es importante que no haya exceso de hojaldre sino el justo para envolver la salchicha como si fuera una funda. También hay que sellar bien los bordes para que luego el perrito nos quede compacto. Repetimos la operación con todas las salchichas, retiramos la masa sobrante, las dejamos dispuestas sobre el papel y las

introducimos en el horno precalentado a 200 grados. Cuando el hojaldre esté bien dorado, estarán listas. Se parten por la mitad y se sirven adornadas con ketchup y mostaza. Qué elegancia, oiga.

PAELLA DE CALLOS A LA EUROCOPA



Ingredientes para dos comensales: 3 vasitos de arroz blanco de los preparados para el microondas, 1 lata de callos a la madrileña, 2 puerros medianos. ½ cebolla, 2 dientes de ajo, 1 brick de caldo de pollo con verduras, pimentón picante, romero, aceite de oliva virgen extra, sal.

Preparación: abrimos los vasitos de arroz y los deshacemos en un bol para que se descompacte. En una sartén amplia ponemos a sofreír en aceite el ajo y la cebolla picaditos. Cuando empiecen a coger color añadimos los puerros troceados y sazonomos con un poco de sal. Mientras se va haciendo el gozoso sofrito, calentamos en un cacillo el contenido de la lata de callos. El objetivo es que la salsa que traen se licúe. Una vez que estén caldosos los callos y con

una cuchara, los vamos echando en la sartén con su choricillo y demás, pero desechando en la medida de lo posible la compacta grasaza circundante (impostores sí, pero con tipazo). Removemos bien, le añadimos un poco de pimentón picante y un poco de romero, le damos una vuelta y agregamos el arroz. Mezclamos adecuadamente y encharcamos cubriendo con caldo del brick. Dos vueltas de cuchara y a hervir con el fuego alegre. Cuando el caldo se evapore (cosa que sucederá en pocos minutos) el prodigio se habrá obrado. Una vez más “podemos”.

Nota verde: si las verduras os gustan más hechas, antes de echar el arroz, le ponéis un poco de caldo para que se cuezan un poco más, y luego, cuando el caldo se evapore, ya continuáis con la receta tal cual. A mí en este caso es que el puerro, así como enterillo, me da un morbo y una cosa.

PINCHO ANTIRESACA



Ingredientes: 1 lata de bonito en aceite (o un atún de almadraba, que nada como pensar en Cádiz para sentirse mejor), Tabasco, salsa Perrins, alcaparras, mayonesa, pan de barra, una tirilla de pimiento rojo asado y una aceituna si los tenéis a mano.

Preparación: venciendo la natural repugnancia hacia los alimentos que el estado post-etílico provoca, escurres bien el aceite de la lata de bonito (o de atún). Pero bien, bien, que a este pincho el aceite no le va. Lo pones en un plato hondo y lo mezclas con unas cuantas alcaparras, una cucharada generosa de mayonesa, unas gotas de salsa Perrins y un buen toque de Tabasco (el picante es imprescindible para lograr el deseado efecto revitalizante) hasta conseguir una pasta homogénea. Cortas una rebanada de pan gruesa (de unos 3 centímetros) y en diagonal para tener más superficie, la tuestas un poco para darle más consistencia y untas la pasta haciendo una montañita

curiosa sobre el pan. Lo adornas con una tira de pimiento y una aceituna (sin hueso, que no tiene uno el cuerpo para esfuerzos innecesarios) y ya sólo queda tomárselo acompañado de una cerveza sin alcohol (yo recomendaría una San Miguel “0,0”, que está conseguidísima) muy fría. Oye, consuela.

HABAS A LA CATALANA



Ingredientes: 1 lata de habas a la catalana (*Litoral casualmente en este caso*), 1/2 cebolla (*1 si es pequeña*), 1 huevo (*admite dos tan ricamente*), 1 vaso pequeño de vino blanco, aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta.

Preparación: no puede ser más sencilla y resultona. Picamos la cebolla y la doramos en un poco de aceite. Cuando la veamos hechita, le ponemos un poco de sal, un poco de pimienta molida, le damos una vuelta y añadimos el vino. Dejamos que se evapore un poco el alcohol y volcamos en la sartén el contenido de la lata. Removemos bien, ahuecamos un poco con una cuchara y ponemos el huevo con cuidado de que no se nos rompa. Se tapa con la tapadera y se deja hacer con el fuego suave. Cuando el huevo cuaje a nuestro gusto, ya están las habas en su punto. Veréis que disfrute.

TORTILLITAS DE GULAS



Ingredientes: 1 paquete de gulas al ajillo con gambas, 2 dientes de ajo, Rebocina Royal, perejil, aceite de oliva y sal.

Preparación: picamos los dientes de ajo y los doramos en un poco de aceite (*no mucho que luego se queman*). Añadimos el contenido del paquete de gulas con gambas, un poco de sal y le damos unas vueltas dejando que se mezcle bien y se haga todo un poco. Lo reservamos en un plato. En un bol preparamos tres cucharadas (*más o menos*) de Rebocina con un poco de agua (*siguiendo las instrucciones del paquete*) procurando que no nos quede muy líquida. Cuando tenga la textura adecuada, añadimos las gulas, el imprescindible toque de perejil, y removemos bien hasta que se nos haga una masa de Rebocina y gulas que sea manipulable, porque el siguiente paso es ir cogiendo con la mano un puñado de la misma e ir haciendo unas tortillitas que iremos disponiendo en un plato. Si vemos que nos hemos quedado cortos de Rebocina, se

hace un poquito más y se añade sin problemas. Una vez listas, ponemos abundante aceite a calentar y, cuando coja temperatura, procedemos a freírlas. Esta es la parte más delicada. Para que no se nos deshagan, es una buena solución cogerlas con una espumadera y depositarlas con cuidado en el aceite caliente. Se harán enseguida. Cogen color por un lado, se les da la vuelta y para afuera. Se dejan escurrir un poco en un plato con papel absorbente, y se sirven calentitas.

Complicaciones opcionales: un par de cayenitas o un pedazo de guindilla en el ajo inicial le da a la cosa un toque picante muy pintoresco. Pero retirarlo antes de hacer la masa de las tortillas o alguien va a mentaros no muy educadamente a vuestra parentela.

BURGER QUEEN



Ingredientes: 1 paquete de hamburguesas del súper, 1 sobre de sopa de cebolla (*Knorr en este caso*), 1 Coca-cola, 1 tomate, 1 rebanada de pan (*preferiblemente de hogaza*) aceite de oliva virgen extra y sal.

Preparación: en un bol ponemos el contenido del sobre de sopa de cebolla y le añadimos un poco de nuestra salsa picante favorita (*o unas gotas de tabasco*) y un chorreoncillo de Ketchup. Agregamos Coca-cola removiendo bien con un tenedor hasta que tengamos una especie de salsa ligada. En una fuente que resista al horno ponemos unas gotas de aceite y una hamburguesa de las del paquete, así tal cual. La cubrimos generosamente con multipotencial mezcla de sopa y cocacola y la metemos en el horno precalentado a 200 grados. En una media hora estará lista (*el tostadito de la cebolla será un buen indicador*). Tostamos la rebanada de pan, la untamos

vigorosamente con la mitad del tomate, le añadimos un poco de aceite de oliva (*en plan pan tumaca*) y tendremos una cama adecuadamente regia sobre la que colocar nuestra Burger Queen, para que descanse en paz. El otro medio tomate con un poco de aceite, sal y orégano será un adecuado acompañamiento y aportará su toque de rojería a tanto empacho monárquico.

REDONDO DE CHOPPED PORK



Ingredientes: 1 lata de chopped pork (*Crismona, en este caso*), 1 lata pequeña de cebolla frita Hida (*la de 155 g.*), 1 huevo duro, 1 bote de pimiento rojo en tiras, aceitunas rellenas, pimienta, sal, aceite de oliva virgen extra.

Preparación: abrimos la lata de chopped pork y sacamos la pieza entera del interior (*en el caso de la marca Crismona muy fácilmente, ya que viene envuelta en un plástiquillo que hace muy sencilla su extracción*). Con un cuchillo afilado (*y un poco de cuidado para no romperla*) atravesamos el chopped a lo largo y por el centro y vamos cortando en círculo. Cuando el giro se complete, presionamos por un lado y procedemos a vaciar su interior. Se nos queda así una pieza cilíndrica hueca que va a permitirnos rellenarla al modo de los clásicos redondos. Y preparar el relleno es nuestro siguiente cometido. Para empezar cogemos parte del chopped que hemos extraído y lo cortamos en cuadraditos. Un poco, porque no vamos a necesitar más. El que nos sobre, lo guardamos y se lo sacamos otro día pinchado en un palillo a una visita que nos importe menos. En una sartén ponemos la cebolla Hida con unas

gotas de aceite. La dejamos hacerse un poco y añadimos los taquitos de chopped, 3 ó 4 aceitunas cortadas en rodajas y otras tantas tiras de pimiento rojo troceadas. Le damos un par de vueltas en el fuego, añadimos un poco de pimienta y muy poca sal, y ya tenemos el relleno preparado. Ahora viene lo artístico. Cogemos el huevo duro que teníamos hecho y lo cortamos por la mitad a lo largo. Ponemos nuestro redondo de pie en un plato (*si queremos con un poco de Albal en la base para que no se nos salga nada*) y por la parte superior comenzamos a rellenar. Primero un poco de la mezcla preparada con cebolla. Luego medio huevo duro, encajándole bien más mezcla alrededor para que quede compacto (*podemos ayudarnos con el dedo, por ejemplo*). Seguimos con más relleno, el otro medio huevo duro, y completamos con el resto de la mezcla. Compactamos bien la pieza, la tumbamos y con un cuchillo afilado procedemos a cortarlo en rodajas. Si lo servimos acompañado de una rica salsa, en este caso Colman's de manzana (*le va perfecta nuestra [salsa para carnes](#)*) tendremos un redondo relleno que para qué trabajar más.

CEVICHE DE MEJILLONES



Ingredientes: 1 lata de mejillones al natural , 1 cebolla roja (lo cevichero de toda la vida es que sea cebolla roja, pero la normal vale también), 3 cayenas (ají, guindilla...) 1 limón, perejil y sal.

Preparación: troceamos la cebolla en tiras (*"en juliana"* que dicen los expertos sin que ni Google ni yo sepamos el motivo) y la ponemos en un bol. Añadimos los mejillones previamente escurridos de su caldo y lo regamos todo bien con el zumo del limón. Picamos pequeña la cayena y la ponemos por encima con perejil y sal al gusto. Ya sólo queda remover vigorosamente (*con cuidado de no deshacer los mejillones*) y, si queremos, dejar reposar un rato para que el limón empape gozosamente en los demás ingredientes.

Además: no he resistido la tentación de regarlo antes de servir con un hilillo de aceite de oliva virgen extra y de añadirle un poco de cebollino picado. No es de la receta clásica pero Atahualpa lo flipaba.

SAUNA DE SALMÓN



Ingredientes: 1 lata de salmón en aceite Calvo, 1 bote de cristal de patatas, salsa tártara (*Calvé en este caso*), romero, aceite de oliva virgen extra y sal.

Preparación: Vamos a necesitar un pedazo de papel de aluminio (*el Albal típico de cocina*) como de tamaño folio, más o menos. Lo extendemos sobre un plato y en el centro vamos colocando los ingredientes. Escurrimos bien el aceite de la lata de salmón, sacamos el pez con cuidado (*procurando que no se rompa*) y lo ponemos en medio del papel de plata. Cogemos 4 ó 5 patatillas de las del bote, las ponemos dos minutos a hervir en un cazo con agua, las escurrimos bien y las colocamos sobre el pescado. Regamos con un chorreoncillo de aceite (*poquito*), ponemos un poco de sal sobre las patatas y lo rematamos todo con una ramita de romero (*o romero picado del bote de especias típico*). Ahora toca cerrar con cuidado el papel de plata, uniendo los bordes y haciendo una especie de bolsa con la comida dentro. Una bolsa espaciosa, no envolviéndolo en plan bocadillo de chorizo sino dejándole aire. Es importante que los cierres

queden por arriba y que la base sea hermética, porque lo vamos a meter en agua y no queremos que entre. Porque ese es el siguiente paso. Coger una olla amplia y ponerla al fuego con un dedo de agua. Cuando hierva introducimos nuestra bolsa de papel de plata y la depositamos dentro con cuidado. Tapamos y lo dejamos vaporizándose unos cinco minutos. Con eso bastará. Solo queda emplatarlo, ponerle un poco de salsa tártara y disfrutar de nuestro saludable condumio.

MOUSSE DE BRICOLATE



Ingredientes: 1 pack de mousse de chocolate Nestlé (*vienen 4 y nos viene bien porque aunque en la foto parece más grande, son pequeñas*), crema de queso de cabra President, mermelada de frambuesa.

Preparación: retiramos la tapa y, en el mismo recipiente, con una cucharilla y bastante cuidado ahuecamos un poco el interior de la mousse, procurando que las paredes y el fondo queden intactos. Rellenamos el agujero con un poco de mermelada, primero, y crema de queso después. Repetimos la operación en los cuatro envases, variando si queremos el relleno (*por ejemplo, la mermelada de naranja amarga, le va estupendo también*). Tapamos el pack con plástico transparente de cocina y lo metemos en el congelador. Cuando esté congelado y queramos utilizarlo, sacamos el producto (*1 o los 4, según la bajada de glucosa que nos acometa*) y procedemos de la siguiente forma. Cogemos un cuchillo fino y con buena punta y lo introducimos por un lateral del envase, llevándolo hasta el fondo. Si presionamos un poco, veremos que lo traspasa con

sorprendente facilidad (*como si fuera papel*). Vamos girando el cuchillo por todo el borde y a la vez que separamos la mousse, vamos cortando el fondo hasta dejarlo completamente suelto. Pero no lo quitamos. Ponemos un poco de mermelada en el plato en que vayamos a servir, ponemos encima el envase volteado de nuestro postre y presionamos el fondo suelto hasta que el contenido se deposite en el plato con toda facilidad. Se tarda bastante más en contarlo que en hacerlo. Que conste.

Nota: es bastante obvio, pero para que no haya dudas, antes de sacar a la mesa es conveniente dejarlo descongelar un ratito a temperatura ambiente, o dejarlo en la nevera pero fuera del congelador hasta la hora de comer. Para que no esté como una piedra, más que nada.

BERBERECHOS SARKOZY



Ingredientes: 1 lata de berberechos (*un poco decentes, la mía era de los de 30/40 por envase, unos 5 €*), 1 limón, Rebocina Royal (*preparado instantáneo para rebozar*), vinagre y aceite de oliva.

Preparación: abrimos la lata de berberechos y escurrimos el jugo en un vaso, reservándolo porque vamos a usarlo luego. Cortamos un par de rodajas de limón, les quitamos la cáscara y las troceamos en triangulillos que, aunque pequeños, tengan entidad corpórea como para ser pinchados en un palillo. Porque palillos es lo que vamos a utilizar para empalar (*por su bien: para estar guapo hay que sufrir*) nuestros berberechos. Para ello procederemos de la siguiente forma. Clavamos dos berberechos en el palillo, un triangulito de limón en medio, y otros dos berberechos. Así con todos hasta acabar el contenido de la lata. Reservamos las brochetillas. En un plato hondo ponemos dos

cucharadas de Rebocina y en lugar de con agua, hacemos la pasta con el caldo de los berberechos, siguiendo las instrucciones. Antes de rebozarlas, mojamos el dedo en un poco de vinagre de Jerez y se lo pasamos por encima a las brochetas para que cojan un poco de sabor. Una gota, muy poca cosa, en plan sutil. Hecho esto, las rebozamos y las freímos en aceite abundante y caliente. Dejadas escurrir sobre papel absorbente y a comer. Os van a sorprender.

JUDIONES A LA OPERACIÓN



BIKINI Ingredientes: 1 lata de manitas de cerdo, 1 bote de judiones, chorizo, 3 dientes de ajo, 1 cebolla, pimentón normal y picante, aceite de oliva virgen extra y sal.

Preparación: volcamos en un plato el contenido de la lata de manitas de cerdo y, con cuidado, vamos procediendo a quitarle los pequeños huesecillos que llevan. Aprovechamos el concienzudo despioje, para apartar los grumillos de grasa que encontremos por ahí (*y para tranquilizar de paso nuestra pecadora conciencia*). En una cazuela ponemos un poco de aceite y, cuando esté caliente, le añadimos la cebolla picada y los tres dientes de ajo un poco aplastados con la mano. Cortamos seis lonchas de chorizo, no muy gruesas y, sin piel, las añadimos al sofrito cuando veamos la cebolla doradilla, aprovechando para poner sal al gusto. Un par de vueltas y le agregamos las manitas de cerdo limpias. Removemos bien mezclando todo y ponemos 1 cucharadita pequeña de pimentón normal y un poco de pimentón picante. Otra vuelta, rápida para que no se nos queme el pimentón, y añadimos un

poco de agua (*o caldo de brick, si tenemos*). No mucha para que luego el guisote nos quede hilado (*si vemos que nos quedamos cortos, le añadimos un poco más*). Dejamos el invento al fuego unos diez minutos y volcamos en él los judiones previamente enjuagados bajo el grifo. Removemos bien y lo dejamos otros diez minutos a fuego suave y agitando la perolilla de vez en cuando para que el caldo quede con cuerpo. Con cuerpo de rey, que es como vamos a quedarnos nosotros.

WE ARE THE CHAMPIÑONS



Ingredientes: 1 bandeja de champiñones, un vaso de vino oloroso (*seco, no dulce, en mi caso marca Gobernador que es una delicia*), 1 paquete de taquitos de jamón (*había el el súper, sección charcutería, unos de paleta ibérica y han caído*), salsa de soja, 2 ó 3 dientes de ajo, aceite de oliva virgen extra y perejil.

Preparación: lo primero es lavar bien los champiñones. Nada más fácil. Para ello ponemos un bol con agua y metemos dentro los champiñones, a los que hemos cortado previamente un poco de la base del tallo, los removemos y los dejamos a remojo un ratito. Ellos solos, si acaso con ayuda de un dedo para quitar alguna arenilla persistente, se limpiarán. Los dejamos escurriendo y mientras tanto ponemos los dientes de ajo picados a freír con un poco de aceite, enseguida, añadimos los tacos de jamón (*más o menos, según la particular afición cédica*), una vuelta rápida y agregamos los champiñones mientras el ajo está aún blanco, para que no se nos queme mientras se doran los champis. Porque eso es lo que toca ahora,

ir removiendo para que los champiñones vayan cogiendo un bonito color dorado. Cuando veamos que el conjunto ha adquirido un tono apetecible e hilado, le añadimos un chorreón de vino oloroso (*y si es Gobernador, nos endilgamos nosotros mismos un vasito, que va muy bien de aperitivo*) removiendo bien para que se evapore el alcohol y aromatice los hongos. Le ponemos un poco de salsa de soja, le damos un par de meneos más y listo. Espolvoreamos perejil por encima y a disfrutar. No volverás a decir "aburrido como un hongo".

MELVA AL HORNO SIN COMPLEJOS



Ingredientes: 1 bote de patatas peladas de los de cristal, 1 lata de Melva (*en este caso de 320 g. de conservas Tejero, unos 4 €*), 1 lata de cebolla frita (*Hida, por ejemplo*), aceite de oliva virgen extra, sal gruesa y perejil.

Preparación: precalentamos el horno a 210 grados. En una fuente de cristal resistente al horno (*Pyrex de esas*) vertemos el contenido de la lata de cebolla frita, escurriéndole un poco el exceso de aceite si queremos. Sobre la cebolla vamos poniendo patatas de bote, previamente lavadas y cortadas en lonchas (*a lo "pobre", vamos*), las regamos con un hilillo de aceite, añadimos sal gruesa al gusto y espolvoreamos con perejil. Metemos la fuente en el horno y la tenemos allí hasta que las patatas cojan un color apetecible (*teniendo en cuenta que tanto las patatas como la cebolla están precocinadas, unos 15 minutos pueden bastar. Eso sí, a más tiempo, más tostadillas las patatas*). Llega el momento de abrir el horno y, con cuidado, depositar sobre las patatas la melva escurrida del aceite de lata.

No le ponemos más sal, que suele traer bastante de casa. En 5 minutos estará lista. Un poco más de perejil y, si acaso y nos gusta, un chorreoncito de limón acabará de redondearnos el marino condumio.

Nota prescindible: esta receta queda también rica con caballa. Por cierto, para lectores puntillosos, por supuesto, en lugar de cebolla frita de lata puede utilizarse cebolla natural como hice yo el día de la foto. Lo único que necesitas es más tiempo libre. Y una cebolla, claro.

TORRIJAS DE RÉGIMEN



Ingredientes: 1 rebanada de pan de molde (*en mi caso, integral Silueta de Horno*), dulce de leche La Lechera (*viene en un envase de plástico con dosificador-fácil de esos*), leche evaporada Ideal, canela y aceite de oliva virgen extra.

Preparación: en un plato hondo ponemos dos cucharadas generosas de Dulce de Leche La Lechera, le añadimos 4 ó 5 cucharadas de leche evaporada (*un chorreón, vamos, para que el dulce de leche quede más líquido y empape mejor*) y con un tenedor lo mezclamos bien hasta que se nos forme un caldillo de apetecible color café con leche. Cortamos en dos la rebanada de pan y la ponemos a empapar en el líquido, dándole la vuelta para que absorba bien por las dos caras. Si vemos que nos falta líquido, hacemos un poco más y ya está. La cosa es que nuestra rebanada quede bien jugosa. Hecho esto ponemos dos o tres gotas de aceite de oliva en una sartén y con el mismo dedo (*si no nos ve nadie y está fría la sartén*) lo extendemos bien por toda la superficie. Se trata de formar una leve película que, por un lado, evite que se nos pegue la torrija y por otro le aporte ese regustillo

de aceite tan de torrija convencional. Ponemos al fuego la sartén y cuando esté caliente ponemos la media rebanada. Primero por una cara y luego por la otra. Se hace bastante rápido (*se trata sólo de que el dulce de leche se caramelize un poco*) así que es bueno estar atento para que no se nos queme. Procedemos de igual forma con la otra mitad, las colocamos en un plato y las espolvoreamos con canela. Crujientes por fuera, jugosas por dentro y con un sorprendente sabor a torrija convencional. Y de sencillas ni hablamos.

COCIDO ANDALUZ



Ingredientes: 1 lata de cocido andaluz Litoral (1 € más o menos) media cebolla, un par de dientes de ajo, 1 morcilla de Burgos (*sobrará*) aceite de oliva virgen extra, sal y perejil.

Preparación: en este caso se impone una astuta preparación previa de la lata que consiste en abrirla, retirar con una cucharilla la grasilla solidificada que se acumula bajo la tapa y escurrirle el caldo, que no vamos a utilizar en esta receta. Ponemos el resto en un plato y lo reservamos. En una sartén ponemos unas gotas de aceite y freímos dos o tres rodajas de morcilla partidas por la mitad. Cuando las veamos hechas, las ponemos en un plato con papel de cocina para eliminar el exceso de aceite. No es que hayamos avanzado mucho, pero ya hemos conseguido manchar dos platos: es un buen día para aquello de "*yo cocino y tu friegas*". Limpiamos la sartén con un papel absorbente, ponemos un poco más

de aceite y sofreímos la cebolla y los ajos, todo picado. Cuando veamos que han cogido color, añadimos el cocido que teníamos reservado, un poco de sal y lo mezclamos bien con el sofrito. Dejamos que se haga un poco y le agregamos la morcilla. Otro par de vueltas en la sartén para que se integre bien, y al plato. Un poco de perejil espolvoreado y un hilillo de aceite, le acabarán de dar un aire de lo más apetecible. Eso sí, muy de vigilia no es.

SOLOMILLO AL ROQUEFORT (EN AUSENCIA DE SOLOMILLO)



Ingredientes: 1 lata de magro de cerdo (*de esas de aspecto más o menos triangular, en este caso Apis, 1,65 €*), 1 cuña de queso roquefort, 1 pimiento del piquillo, salsa Perrins, leche evaporada Ideal, aceite de oliva virgen extra.

Preparación: para perpetrar esta receta lo primero es conseguir que el jamón de lata adquiera forma de solomillo. En mi caso, he cogido un vaso de un tamaño aproximado a la pieza de fiambre, lo he puesto en el centro y he presionado. Luego con ayuda de un cuchillo he sacado la pieza, que tenía ya un adecuado y solomilloso aspecto. Hecho esto, cortamos la carne por el centro, dividiéndolo en dos discos iguales. Y puestos ya al lío, cogemos el pimiento del piquillo y lo calentamos en la sartén, con un poco de su aceite. Se reserva en un plato, se añade un poco de aceite de oliva a la sartén y se doran un poco los discos de jamón. Unas gotas de salsa Perrins cuando veamos que está cogiendo color, ayudará a que

nos queden más dorados. Pura coquetería, en realidad. Sobre una de la piezas de carne colocamos el pimiento (*cortadito en tiras, si queremos*) y lo cubrimos con la otra parte. Puesto en un plato, calentamos un poco de queso roquefort en un cacillo con un poco de leche evaporada Ideal (*procurando que el queso quede bastante entero, que luego le da más prestancia al invento*) y lo echamos sobre la carne. Un poco engorroso de contar, pero sencillísimo de hacer.

BACALAO A LAS GRUESAS HIERBAS



Ingredientes: 1 envase al vacío de tiras de pimientos verdes y rojos asados (*en mi caso de la marca Campo Rico*), bacalao salado desmigado, 3 dientes de ajo, aceite de oliva virgen extra.

Preparación: abrimos el paquete de pimientos, le escurrimos algo así como la mitad del jugo (*que si no queda un poco encharcado para mi gusto*) y lo volcamos en un bol. Rallamos o picamos un diente de ajo y lo echamos por encima. Lavamos bajo el grifo unas tiritas de bacalao (*unas pocas, no el paquete entero obviamente*) para quitarles el exceso de sal y las desmigamos con las manos sobre los pimientos. Cortamos los dos dientes de ajo que nos quedaban en láminas (*no muy finas*) y lo freímos hasta que esté doradillo. Añadimos un poco de aceite de oliva virgen extra, removemos bien los pimientos con el bacalao y adornamos con los ajos fritos. Moraleja:

ya es primavera en Falsarius Chef.

Nota para observadores: los ajos de la foto, obviamente, no son ajos fritos. Son unos ajos confitados en aceite muy ricos que tenía en la despensa. El hecho de recomendar hacerlos fritos y no usar de bote es porque he tenido experiencias contrapuestas con los envasados: a veces muy buenos y en otras marcas, sencillamente decepcionantes. Así que he decidido apostar por lo seguro.

DELICIAS DE FILETE TIESO



Ingredientes: el filete tieso en cuestión, 1 puerro, 1/2 cebolla pequeña, salsa Teriyaki, aceite de oliva virgen extra, sal.

Preparación: lavamos bien el puerro y lo ponemos junto con la cebolla (*cortados ambos en tiritas alargadas*) a sofreír en un poco de aceite. Cuando cojan color, añadimos al fuego el filete que previamente habremos cortado en tiras como se ve en la foto. Cuando lo veamos todo con un aspecto doradillo y apetecible, y con el fuego fuerte, le ponemos un par de chorreones de salsa Teriyaki y removemos para que se mezcle todo bien y la salsa se ligue con el resto. Un poco de sal gruesa por encima completará el invento y la moraleja: como en el cuento, no importa lo patito feo que seas, al final alguien te acabará comiendo a la naranja.

PASTEL-PIZZA BRASADOR



Ingredientes: 1 paquete de Brasador de verduras con pollo (*es un congelado de Findus, son 2 raciones y vale unos 4 €*), 1 rollo de masa Brisa (*sección de refrigerados, junto al hojaldre y demás, 1,90 €*), un bote o brick pequeño de bechamel (*Président, en este caso*), 2 dientes de ajo, salsa de soja o sal y aceite de oliva virgen extra.

Preparación: en una sartén ponemos un poco de aceite y sofreímos los dientes de ajo picaditos (*el ajo, más que nada, para quitarle un poco de cursilería al San Valentín*). Cuando estén dorándose echamos el contenido del paquete de Brasador, removemos bien y dejamos que se vaya haciendo según las instrucciones. Cuando lo veamos hechito (*descongelado del todo y con el pollo dorado*), le añadimos un poco de salsa de soja (*o un poco de sal, si no tenemos*) que le da un toque exótico y curioso. Una vuelta y añadimos un poco

de la salsa bechamel (*agitar bien el bote*) para que nos hile adecuadamente el invento. Removemos bien para que se caliente, sin dejar que hierva y retiramos del fuego. Fase uno completada. En la bandeja del horno extendemos la masa Brisa sobre el papel que trae y la pinchamos por varios sitios con un palillo. Enrollamos un poco el borde exterior de la masa, haciendo un especie de pequeña murallita por todo el perímetro, para que luego no se nos desborde el contenido. Con cuidado, extendemos el Brasador sobre la masa, distribuyéndolo bien con una cuchara, le ponemos en el centro una generosa porción de queso rallado y lo metemos en el horno precalentado a 200 grados. El borde dorado nos indicará que está en su punto, pero eso no va a pasar antes de 10 minutos. Pastel-pizza listo.

OTRA VERSIÓN: PASTEL-PIZZA CARBONARA



DE LAS VARIAS VERSIONES DE PASTEL-PIZZA QUE HICE ANTES DE PUBLICAR LA RECETA ANTERIOR, TENÍA ÉSTA A LA CARBONARA QUE POR LO SENCILLA Y RICA CREO QUE MERECE LA PENA CONTARLA. LAS INSTRUCCIONES SON BÁSICAMENTE LAS MISMAS QUE EN LA OTRA RECETA. PARA EL RELLENO SE SOFRÍE UNA CEBOLLA PICADA, CON BACON CORTADO EN PEDAZOS. CUANDO ESTÉN DORADOS, SE LE AÑADE LA BECHAMEL PARA QUE SE HILE BIEN TODO Y SAL AL GUSTO. SE EXTIENDE SOBRE LA PASTA BRISA, CON ABUNDANTE QUESO RALLADO POR ENCIMA, SE ADORNA CON UNAS RODAJAS DE TOMATE NATURAL SI SE QUIERE, Y AL HORNO. *DI PUTÍSIMA MAMMA*, POR DECIRLO EN ITALIANO.

RISOTTO GENERAL BÁSICO (IL RITORNO)



Ingredientes: 1 vasito de arroz blanco SOS (*del que viene preparado para el microondas*), 8 mejillones congelados (*o una lata de mejillones al natural*), 1 vaso de vino blanco, 1/2 cebolla, 1 ó 2 dientes de ajo, un brick de caldo preparado (*el que más te guste*), queso rallado (*cuanto más rico, mejor*) pimentón, orégano, sal, mantequilla y aceite de oliva virgen extra.

Preparación: ponemos el arroz, dejando suelto el grano que suele compactarse en el vasito, en un bol pequeño y lo cubrimos con caldo. Justo cubrirlo. Y lo dejamos ahí mientras vamos haciendo el resto (*si se pone un rato antes, mejor incluso*). Picamos el ajo (*uno o dos dientes según nos guste*) y lo ponemos a dorar en dos o tres cucharadas de aceite. Cuando veamos que se va haciendo, añadimos la cebolla también picada. Cuando empiece a hacerse, echamos los mejillones sin descongelar ni nada. Cuando esté doradita, le añadimos un poco de sal, media cucharita de pimentón normal y una pizca de pimentón picante, le damos una vuelta rápida y añadimos un chorreón de vino blanco. Dejamos que se evapore el alcohol

(*aprovechando para inspirar profundamente, que da un puntito*) y agregamos el arroz con el caldo. Cuchara de madera en ristre, vamos removiendo y agitando un poco la sartén para que el líquido se vaya evaporando. Cuando veamos que el arroz se está quedando seco, le espolvoreamos un poco de orégano (*que le da un toque muy italiano*) y añadimos algo más de caldo. Repetimos la operación de ir removiendo con la cuchara hasta que adquiera ese aire de risotto (*jugoso, pero prácticamente sin caldo*) que buscamos. Retiramos del fuego y le añadimos una cucharadita de mantequilla, que iremos removiendo lentamente para que se vaya deshaciendo y mezclando bien con el guiso. Ya sólo queda poner en un plato, adornar si queremos con un poco más de orégano y rallar por encima unos hilos (*más chulo un poco gruesos*) de queso. Yo le pongo Flor de Esgueva, que es de oveja y le va estupendo. Veréis que plato más rico. Y lo que luce, oiga.

BACALAO JUSTICIERO



Ingredientes digamos para 2: 1 paquete de bacalao congelado de 400 g. (*hay varias marcas, Pescanova y demás. Este era Dimar, que viene ya al punto de sal*) 1 paquete de gulas de 125 g. , 1 vaso de vino blanco (*si es bueno, mejor*), 3 dientes de ajo, 1 cayena (*guindilla pequeña*), romero, un poco de sal y aceite de oliva virgen extra.

Preparación: En una fuente Pyrex (*de esas de cristal resistente al calor*), en cuyo fondo habremos puesto un poco de aceite, colocamos los trozos de bacalao previamente descongelado, con la piel hacia abajo y moviéndolos un poco para que la base se impregne un poco del aceite. Y lo dejamos ahí. Picamos el ajo y lo ponemos a dorar con una cayena (*una guindilla pequeña como la de la foto, que vende en botes como los de especias*) en una sartén con un poco de aceite de oliva. Cuando veamos que coge color, añadimos las gulas, un poco de sal (*poco, que el bacalao ya trae*) y le damos unas vueltas con el fuego vivo. Añadimos un chorreón de vino blanco (*el que sobre, si estaba fresquito, puedes aprovechar y bebértelo,*

que esto de cocinar es muy duro y hay que darse un homenaje de vez en cuando) y dejamos que se evapore un poco el alcohol, mezclando bien. Extendemos las gulas así preparadas sobre el bacalao, le espolvoreamos un poco de romero por encima y lo metemos en el horno precalentado a 210 grados. En 5 ó 6 minutos, el condumio estará listo y la venganza consumada. La pizza congelada Findus, si os da lástima, la podéis poner de segundo. Pero yo, francamente, no os lo recomiendo.

Para nota: si mientras está en el horno, con precaución y una buena manopla, agitaís un poco la fuente un par de veces, el bacalao soltará mejor su gelatina y la salsa os quedará más hilada y rica. Procurad no quemaros que el aroma a pelillos chamuscados casa fatal con el bacalao.

TARTA DE QUESO AUTOCONCLUSIVA



Ingredientes: 3 ó 4 galletas (yo he usado Marie Lu integral, que son riquísimas), 1 tarrina de crema al queso de cabra President, 1 bote de mermelada de frambuesa (la mía era de la Vieja Fábrica), 1 frasco de leche evaporada Ideal (el de 25 cc, con tapón para guardarlo) y papel de aluminio (el Albal típico).

Preparación: con un pedazo de papel de aluminio, rodeas la parte ancha de un vaso grande de los de agua, lo pliegas bien apretando y ajustando los pliegues que se forman, quitas el vaso y ya tienes un molde. En un plato hondo rompes las galletas y las machacas, mezclándolas con leche Ideal hasta formar una pasta. Con una cucharilla, y con cuidado, la vas poniendo en el molde haciendo la base de la tarta (más o menos 1 centímetro). Sobre ella, y con precaución de no desbaratar el precario (aunque utilísimo) molde pones una capa de queso como de un dedo (horizontal) de grosor. Encima de ésta extiendes una fina capa de mermelada de frambuesa. Ayuda aplastar

la mermelada con una cuchara sobre un plato e ir depositando en la tarta las láminas finas que se forman. Sólo queda meterla en el congelador un par de horas (mejor si la tenías en un plato pequeño para que no corra el riesgo de espachurrarse al colocarla) y esperar. Transcurrido este tiempo, la sacas y se habrá endurecido lo bastante como para quitarle el papel de aluminio sin problemas, quedando con un aspecto tan aparente como artesanal. Se deja en la nevera hasta el momento de consumirla, porque fría es como está rica. Y decir "rica" solamente, no es hacerle justicia.

Agradecimientos debidos: a raíz de un comentario que hice sobre mi debilidad por las tartas de queso, han sido varios los amables remitentes que me han enviado su receta de tarta de queso. Son espectaculares y poco a poco las voy a ir probando todas. Mi infinito agradecimiento (y el de mi endocrino). Por mi parte he preparado esta receta cuya peculiaridad (además del tamaño que la hace autoconclusiva, esto es, yo empiezo la tarta y yo me la termino) es utilizar queso de cabra en lugar de Philadelphia. Le da un aire distinto, más de cocina antigua, que a mí me gusta mucho (al endocrino, no sé...).

COSTILLAS GORDO FELIZ



Ingredientes: 1 bandeja de costillas de cerdo de las del súper (1/2 kilo, aproximadamente), 1 sobre de sopa de cebolla, 1 coca-cola, 1 cebolla grandecita, aceite de oliva virgen extra, un poco de salsa picante (yo le he puesto Sambal Oelek que es mi favorita, pero puede valer un poco de Tabasco), ketchup y sal.

Preparación: en un bol ponemos el contenido del sobre de sopa de cebolla y le añadimos un poco de nuestra salsa picante favorita (o unas gotas de tabasco) y un chorreoncillo de Ketchup. Agregamos Coca-cola removiendo bien con un tenedor hasta que tengamos una especie de salsa bien ligada y no muy líquida. Cortamos la cebolla en tiras finas y hacemos con ella una base en una fuente de cristal tipo Pyrex que resista el calor. Le ponemos por encima un hilo de aceite y un poco de sal y colocamos hábilmente las costillas sobre la cama de cebolla. Un poquito (poco) más de sal sobre las costillas (mejor gruesa) y cubrimos

todo el invento con la salsa de sopa de cebolla y Coca-cola que teníamos preparada, procurando que los grumillos queden sobre las costillas, que luego tostados van a quedar muy ricos. Lo metemos en el horno precalentado a 210 grados y en unos 20/25 minutos aproximadamente (cuando las veáis de aspecto apetitoso para vuestro gusto) os encontraréis con unas costillas que ni en Hollywood.

JUDIAS VERDES A LA TRAICIONERA



Ingredientes: 300 gramos (*así a ojillo*) de judias verdes, 1 cebolla mediana, 1 tomate, 2 dientes de ajo, sal gorda, aceite de oliva virgen extra (*y si os apetece y tenéis a a mano, unas laminitas finas de jamón*).

Preparación: lo más cómodo de esta receta es que no hay que hervir aparte las judias verdes. Sólo vamos a utilizar una sartén para todo. Cogemos las judias verdes y con un cuchillo les cortamos las puntas y las partimos en trozos no muy pequeños (*de unos 6 cm. más o menos*) que luego nos van a quedar mucho más aparentes en el plato. Las lavamos bajo el grifo y las escurrimos bien. En la sartén ponemos aceite abundante y cuando esté caliente echamos en él las judias verdes y las freímos

un poco. Que cojan color pero sin pasarse. Cuando estén, las sacamos escurriendolas bien y las ponemos en un plato con papel de cocina que acabe de absorber el aceite sobrante. Cogemos el tomate, lo partimos por la mitad y con un rallador de agujeros gordos lo rallamos convirtiéndolo en pulpa (*suenan un poco sádico, como de película de Tarantino, pero es lo que hay*). En la sartén dejamos sólo un poco del aceite utilizado y en él ponemos a sofreír los ajos picados y un poco después la cebolla cortada en pequeñas tiras en vez de en los clásicos cuadraditos (*en juliana diría un experto, pero aquí no tenemos de eso*). Lo vamos removiendo bien y cuando veamos la cosa doradilla, añadimos el tomate tarantinizado y sal al gusto. Removemos bien y dejamos que el tomate coja color. No hará falta mucho tiempo. Es el momento de añadir las judias verdes, un poco más de sal y remover todo para que se mezcle bien. De ahí al plato. Si las ponemos hábilmente amontonadas como con descuido y les ponemos unas laminillas de jamón por encima cuando todavía están calientes, nos va a quedar un plato de llamar la atención.

Impostura irresistible: no puedo evitarlo. Si tenéis algún invitado, dejad por la cocina una lata que tuvierais por ahí de judias verdes vacía (*el contenido en la basura es donde mejor está*) para que sospeche que lo habéis utilizado. Y luego, en su casa, que intente copiaros.

SARDINAS "DESDE LA LATA A BILBAO VENGO POR TODA LA ORILLA"



Ingredientes: 1 lata de sardinas en aceite, perejil, aceite de oliva virgen extra, 1 limón y sal gruesa.

Preparación: abrimos la lata y escurrimos el aceite (*no por el fregadero, por favor, que luego va al mar, nos quedamos sin sardinas y a ver qué enlatamos el año que viene*). Apoyamos un cuchillo en el medio de cada sardina y, presionando un poco, veremos que se abre fácilmente por la mitad. Les quitamos la espina y ponemos tres o cuatro mitades (*las que nos veamos capaces de manipular rápido y sin agobios*) en la sartén previamente caliente y sin aceite (*con el que les queda de lata aunque las hayamos escurrido bastará*). Primero por el lado sin piel un momento, luego les damos la vuelta rápido y les ponemos un chorreón de limón, un poco de perejil y un poco de sal gorda.

Las mantenemos un segundo más y fuera. Repetimos la operación con todas las sardinas y las ponemos en el plato de servir con un poco de aceite de oliva por encima y espolvoreándolas con un poco más de perejil. Como en la mismísima playa, oiga.

LASAÑA DE LANGOSTA FANTASMA



Ingredientes: 1 lata de crema de langosta Campbell's (*que asegura llevar un 4% de extracto de langosta*), 1 docena de langostinos (*de los que venden ya cocidos, por ejemplo*), 1 paquete de "lasaña fácil precocida" El Pavo (*son las placas de pasta para hacer la lasaña, hay más marcas pero yo suelo usar estas y van bien*) 1 cebolla grandecita, salsa de soja, pimentón picante y aceite de oliva virgen extra.

Preparación: lo primero es poner las placas de pasta que vayamos a usar (*cuatro en este caso*) en agua caliente (*no hirviendo, caliente*) unos 10 minutos mínimo para que se ablanden. Abrimos la lata de crema de langosta, la vaciamos en un bol y poco a poco y mezclando bien le añadimos media lata más (*en el envase dice una lata entera pero no hacemos caso*) de agua caliente. Luego picamos la cebolla bien picadita y la ponemos a sofreír con un poco de aceite. Mientras se va dorando, pelamos los langostinos y los cortamos en pedazos pequeños. Cuando veamos la cebolla ya hechita, añadimos los trozos

de langostino a la sartén y les damos una vuelta para que cojan un poco de color. Es el momento de ponerle un poco de pimentón picante (*no es imprescindible pero le da un saborcillo muy interesante*) darle una vuelta y añadir un buen chorreón de salsa de soja y dos o tres cucharadas soperas de la crema de langosta. Lo dejamos hacerse un poco, mezclándolo bien, y ya tenemos el relleno de la lasaña. Nos tomamos un vinito para darnos un respiro y mientras se calienta el horno a 210 grados, acometemos la segunda y fundamental fase. En una fuente de cristal Pyrex (*resistente al calor*) extendemos una capilla de crema de langosta y ponemos la primera placa de pasta. Sobre ella extendemos una capa del relleno que hemos preparado, distribuyéndolo bien, y lo tapamos con otra placa de pasta. Sobre ella volvemos a poner relleno y a tapar. Repetimos la operación una vez más, tapamos con la placa de pasta y recubrimos bien todo con la crema de langosta que nos había sobrado. Se mete al horno y en 15 minutos tendremos una lasaña marisquera de lo más impresionante.

El toque final: antes de meterla al horno le puse un langostino crudo, partido en pedazos, por encima para que se hiciera al horno con la lasagna. Ya que lleva algo de marisco, presumamos. Antes de servirla le espolvoreé por encima con un poco de pimentón (*normal, no picante*) de calidad. Para hacer bonito, más que nada.

POSTRE DE LIMÓN (ESPECIAL NAVIDAD 3)



Ingredientes: 1 bote de leche condensada (*de los normalitos*), 1 vaso grande de leche, el zumo de dos limones.

Preparación: es tan sencillo como coger un recipiente de cristal y vaciar en él el contenido del bote de leche condensada. Añadirle el vaso de leche, mientras remueves con una cuchara o un tenedor. Exprimir los dos limones y agregar el jugo a la mezcla volviendo a remover hasta que quede todo bien hilado (*lo que sucederá de un forma sorprendentemente fácil*). Ya sólo queda taparlo con film transparente (*el plástiquillo ese maldito que más que cortar destrozas*) y ponerlo a enfriar en la nevera. A la hora de servirlo queda perfecto presentado en una copa, rayándole un poco de corteza de limón por encima (*previamente enjuagado con agua, que hay mucho pesticida y mucho marrano suelto*) y adornándolo con un barquillo y una hojilla de menta o similar.

TXANGURRO 4x4 (ESPECIAL NAVIDAD 2)



Ingredientes para uno: 4 palitos de pescado (*surimi*), 4 anchoas, 4 mejillones al natural de lata, 4 cucharadas de mayonesa.

Preparación: en un vaso para batir (o cualquier recipiente en el que se pueda trabajar con la Minipimer) echamos, previamente troceados, los palitos, las anchoas, los mejillones y las cuatro cucharadas de mayonesa (*sin colmo, más bien justitas*). Minipimer en ristre, lo batimos lo justo para mezclarlo bien, pero sin pasarnos para que no se nos convierte en un puré. Es importante que tenga una textura con tropezones. Es más, si os ha sobrado un palito de pescado lo cortáis en tres pedazos y lo deshacéis con las manos. Os saldrán unas fibras de pescado que revueltas (*ya sin batidora, con un tenedor*) con la mezcla que había, le aportarán al invento más credibilidad al imitar el contenido de las patas del centollo. Un rico manjarcillo navideño para deleite de nuestro paladar, que nos recordará que el marisco existe aunque no esté al alcance de nuestros bolsillos.

Versión Extra: el descrito arriba es el equipamiento básico (*con un par de gambones cocidos de adorno, eso sí*), pero como cualquier 4x4 que se precie, tiene versión extra luxury. Txangurro en euskera define tanto al centollo como a la preparación que de éste se hace en el País Vasco. Para acercarse más al original se le podría añadir, por ejemplo, una cucharadita de brandy al poner los demás ingredientes y pasarlo por la Minipimer con ellos. Y ya para nota, se puede colocar el preparado en una cazuelilla de barro, espolvorearlo con pan rallado y un poco de perejil picado, rematándolo con una bolita de mantequilla. Calentamos el horno y ponemos la cazuela a gratinar hasta que se dore el pan rallado. Entonces ya no es que engañe, es que no hechas de menos el centollo.

SALMÓN AL HOJALDRE (ESPECIAL NAVIDAD 1)



Ingredientes: 1 lata de salmón Calvo en aceite (*es un poco más grande que las latas normales, pero se encuentra fácilmente*), 1 bote de salsa tártara (*en este caso Calve*), 1 paquete de masa de hojaldre Nestlé.

Preparación: encendemos el horno y ponemos el termostato a 220 grados. Previamente hemos retirado la placa (*esa misteriosa bandeja negra que tiene en su interior*) y extendemos sobre ella la masa de hojaldre con el papel de cocción que lleva. Con un cuchillo la cortamos por la mitad (*nos sobraré*) y guardamos el resto. Abrimos la lata de salmón, escurrimos el aceite, y con cuidado y la ayuda de un cuchillo, sacamos el lomo de salmón procurando que nos quede entero. Lo ponemos sobre el hojaldre y con una cucharilla le untamos sin miserias una capa de salsa tártara por encima. Con astucia y pericia (*o como siempre*) procedemos a plegar la masa haciendo un paquetito. Se corta lo que sobre y se pliegan los bordes sellándolos con los dedos como si

fuera plastilina. Si nos da el día artístico, con un recorte de masa hecho un rulito podemos poner un adorno por encima. Cuando esté caliente el horno introducimos la bandeja hacia la mitad y dejamos allí el hojaldre hasta que esté dorado, lo que sucederá en unos diez minutos. A algún pesimista puede parecerle un poco triste eso de hacer un plato impostor para engañarse a uno mismo, pero la tristeza va incluida en el lote: no en vano es Navidad.

ARROZ CON NÍSCALOS FARSANTES



Ingredientes para 2 personas: 1 lata de rovellones de la marca Cidacos (*"rovellon" es la forma catalana de llamar al níscolo, y es como viene escrito en la lata, pero se encuentran fácilmente en cualquier Carrefour, por ejemplo*), 1 paquete de taquitos de jamón, arroz marca Brillante (*no se pasa y hace más fácil que el arroz quede en su punto*), 1 patata grandecita, 1 cebolla mediana, 3 dientes de ajo, pimentón picante, aceite de oliva y sal.

Preparación: en una cazuela ponemos un chorreón de aceite a calentar y echamos uno de los dientes de ajo picadito. Cuando se haga un poco, añadimos los otros dos dientes de ajo enteros pero un poco espachurrados y la cebolla picada. Cuando veamos que se va haciendo, le ponemos un poco de sal, añadimos un puñado de taquitos de jamón (*o dos si eres muy cerdófilo*), y le echamos los níscolos escurridos y troceados en pedazos medianos, dejando que cojan un poco de color. En el último momento ponemos una cucharadita de pimentón picante

(*que le va a dar al guisote un toque rústico-campestre muy de agradecer*), removemos un poco más y le agregamos un litro (*larguito*) de agua. Cuando hierva le ponemos la patata cascándola (*esto es, cortando un poco con el cuchillo y luego rompiendo el trozo; así suelta almidón y queda el guiso más hilado*) en pedazos no muy grandes y dejamos todo borboteando unos cinco minutos. Llega entonces el momento de echar el arroz. Un par de puñados (*un montoncillo en el cuenco de la mano*) por persona y otro puñado extra más (*para las ánimas del purgatorio, decían antes las abuelas*). Ya sólo queda estar un poco atento por si se nos queda sin caldo y hay que añadir un poco más de agua, y cuando lleve un rato, probar para ver si está a nuestro gusto de sal. En unos 20 ó 25 minutos tendremos el arroz en su punto, lo que podéis comprobar empíricamente, probando unos granillos de arroz recogidos del guiso con una cuchara y siguiendo la vieja máxima: desde que se inventó el soplar, quemarse es de tontos.

cuática continencia: la gracia del arroz caldoso es que tenga un caldo hilado, no que sea una sopa en la que flotan cosas dispersas. Es por ello más que recomendable no pasarse con el agua y añadir de a poquitos la que fuera menester.

POLLO AL SOBRE (DE SOPA)



Ingredientes: 1 bandeja de pechugas de pollo fileteadas (*tal cual las venden en el súper*), 1 sobre de sopa de cebolla (*marca Knorr en este caso*), 1 bote de leche evaporada Ideal.

Preparación: precalentar el horno a 200/210 grados. Mientras tanto darle un repaso a los filetes de pollo y recortarle los pellejillos sobrantes y las partes que pudieran estar más feas o duras (*e incluso cortar en dos o en tres los filetes, convirtiéndolos en filetillos, que luego se sirven mejor*). En un recipiente se pone la leche y se va añadiendo poco a poco el contenido de la sopa de cebolla, removiendo con un tenedor para que se mezcle bien. Ya solo queda coger una fuente de cristal resistente al calor (*tipo Pyrex*) y colocar el pollo bien extendido por la superficie. Lo cubrimos con la mezcla de leche y sopa de sobre y lo dejamos 20 minutos en el horno. No hay más. Veréis qué lucimiento y qué cosa.

Adenda: la sopa de cebolla de sobre es un complemento farsante maravilloso: sazona rico, gratina espectacular al horno y tiene innumerables posibilidades. Un recurso imprescindible en la despensa del impostor.

PAELLA HEREJE



Ingredientes para dos personas: 2 vasitos de arroz blanco SOS (*de los que vienen ya preparados para calentar*), 6 gambones (o unas 20 gambas arroceras), 3 alcachofas, 1 cebolla, 2 dientes de ajo, 1 cucharadita de colorante alimentario, 2 cucharadas de tomate frito (*si es marca Hida, mucho mejor, aunque también se puede utilizar un tomate natural medianito*), aceite de oliva virgen extra y sal.

Preparación: lo primero es poner a hervir un litro de agua con abundante sal. Cuando borbotee, echad los gambones. Estarán en un par de minutos. Se nota porque cogen color y se quedan flotando en la parte de arriba. Si estaban congelados es un poco más. Cuando estén, se sacan, se ponen en agua fría, se pelan y se reservan. El caldo lo colamos y lo guardamos también. En una sartén (*una normal de 22 cm. valdrá*) ponemos a sofreír los ajos y la cebolla picados. Cuando se estén dorando añadimos las alcachofas (*se le quitan las primeras hojas, se les corta el rabo y más o menos la mitad de la longitud de las hojas. El cogollo que queda se parte por la mitad y luego cada mitad en tres pedazos*), las dejamos que cojan un poco de color y añadimos parte del caldo de cocer las gambas (*como un dedo, si hace falta añadimos más*) y la cucharadita de colorante. Removemos bien y dejamos hervir hasta que se ablanden las alcachofas (*será rápido*) y quede un sofrito hilado. Añadimos algo más de caldo y cuando vuelva a hervir, ponemos las gambas peladas, las dos cucharadas de tomate frito, una pizca de sal. Dejamos que se asimile un poco y añadimos el arroz de los vasitos (*vaciarlos antes en un plato y deshacerlo con la mano para que quede bien suelto*). Removemos bien para que el arroz coja color, añadid un poco de agua si veis que falta (*poca, el arroz ya está hecho, se trata simplemente de que coja sabor*) y dejadlo hirviendo hasta que el arroz esté debidamente apañado (*esto es, sin caldo*). Si aguantáis reciamente el tirón (*y el susto*) y lo dejáis un poco más, os saldrá un *socarrat* de lo más apetitoso. Hacedla que os va a sorprender. Queda impresionante.

EMPANADA DE SARDINAS EN LATA (SIN LA LATA)



Ingredientes: 1 lata de sardinas con tomate (*hay cientos de marcas, yo esta vez he probado unas de la gallega marca Alteza, que han salido muy ricas y con el tomate en su punto*), 1 paquete de masa de hojaldre Nestlé.

Preparación: sobre la placa del horno (*esa bandeja negra que hay en su interior y que solemos utilizar para ocultar en plan astuto las sartenes sucias*) extendemos la masa de hojaldre con el papel de cocción que lleva. Con un cuchillo la cortamos por la mitad (*nos sobraré*) y guardamos el resto. Encendemos el horno y ponemos el termostato a 220 grados. Mientras se calienta, volcamos la sardinas en un plato y con un cuchillo y un tenedor las abrimos por la mitad (*lo que se consigue de una forma sorprendentemente fácil: pones el cuchillo en el medio, aprietas un poco y se abren solas. Oye y te sientes como un profesional, lo que es buenísimo para el ego*). Se les quita la espina central y se ponen abiertas sobre el hojaldre, dándoles una forma más o menos cuadrada, echándoles el tomate que traían por encima. Se pliega el hojaldre sobre sí mismo con cuidado haciendo un paquetito, se quita lo que sobre y se pliegan los bordes sellándolos con los dedos como si fuera plastilina. Los dientes de un tenedor te pueden ayudar a que el borde quede bien cerrado y luego las marcas quedan bastantes chulas. Cuando esté caliente el horno introducimos la bandeja y dejamos allí la empanada hasta que esté dorada, lo que sucederá en unos diez minutos. Y aunque pueda parecer mentira, queda exquisita, **Oiga. Dando más la lata:** esta receta de empanada monodosis para una sola persona, admite muchas variantes en el relleno. Yo, por ejemplo, la hago también con zamburiñas de lata (*las de Albo en salsa están estupendas*) quitándoles el aceite sobrante (*dejando sólo la salsa más consistente*) y troceándolas un poco antes de ponerlas de relleno. Admite también muy bien el pulpo en salsa americana e, incluso, las sardinas en aceite sobre todo sin las acompañas con media cebollita muy picada y sofrita en un poco de aceite, en la que echas las sardinas escurridas y le das una vuelta rápida en el último momento.

PATATAS TANDORI

Ingredientes: 1 bote de patatas cocidas, 1 bote de salsa Tikka Masala (*medium*) de Patak's (*un curry preparado indio que se encuentra sin problemas*), 2 latas de mejillones al natural, 1 paquete de queso rallado emmental y sal.



Preparación: lavamos las maravillosas patatas de bote por las que siento debilidad bajo el grifo y las ponemos a hervir durante dos minutos. Se escurren y se ponen en un bol. Se salan un poco y se les añaden 4 ó 5 cucharadas del curry (*yo le pongo también una cucharadita pequeña de salsa Sambal Oelek -otra de mis debilidades- y lo mezclo bien, lo que le aporta un toque extra de picante que es India pura*) se remueve bien para que se impregnen las patatas, añadiendo los mejillones, previamente escurridos, al final para que no se desmenucen. Trasladamos la mezcla a una bandeja de cristal tipo Pirex (*resistente al calor*), la cubrimos con el

queso rallado y la metemos en el horno precalentado a 200 grados, hasta que el queso quede fundido, gratinado y apetitoso. Eso es todo. En total, no más de veinte minutos. Estaríais todavía delectándoos infructuosamente la dirección al chino que os atiende.

CHANQUETES A LA GREEN PEACE



Ingredientes: 1 paquete de gulas, 1 caja de "rebocina" Royal (*preparado instantáneo para rebozados que se encuentra en cualquier súper*), un poco de harina, aceite de oliva, sal y 1 limón.

Preparación: se abre el paquete de gulas y se ponen en un plato hondo con un poco de harina. Se remueven bien con las manos. Al hacerlo perderán humedad y quedarán ligeramente blancas. No deben quedar con pegotes de harina, simplemente enharinadas. En otro plato hondo se pone la rebocina (*no toda, claro. Pones unas cucharadas y si ves que te falta, haces más*) y se le añade agua poco a poco. Para esta receta es importante que nos quede una masa más bien espesa. Se remueve bien y se deja reposar un par de

minutos. Mientras tanto se puede poner aceite abundante en la sartén y dejar que se caliente. Cogemos las gulas y las pasamos por la masa de rebozar, procurando que queden bien cubiertas. Cuando el aceite esté caliente se van echando con cuidado. Lo ideal sería de una en una, pero si se te juntan dos o tres tampoco pasa nada. No te dará tiempo a echar muchas porque se doran enseguida, así que las vas haciendo de pocas en pocas y sacándolas a un plato con un papel absorbente. Cuando estén todas escurridas de aceite, se ponen en un plato con un poco de sal por encima. Justo antes de comérselas, unas gotas de limón sobre la fritura, completarán la sensación de estar devorando una auténtica ración de los casi extintos y añorados chanquetes.

Nota de artefactos: naturalmente esta receta es mucho más fácil de hacer si se tiene una freidora. No obstante yo la he hecho varias veces en sartén y palilla de agujeros en ristre y no tiene mayor complicación.

ARROZ CUBANA



Ingredientes: 1 vasito de arroz blanco de los que vienen ya listos para calentar en el microondas, 1 bote o lata o brick o similar de tomate frito, 1 lata pequeña de mini salchichas, 1 huevo, 1 diente de ajo, aceite de oliva virgen extra y sal.

Preparación: se pica el diente de ajo y se dora en la sartén con un poco (*poco*) de aceite, se abre el recipiente de arroz blanco y, pasando ampliamente del microondas, se echa en la sartén rehogándolo un poco con el ajo y añadiendo una pizca de sal. Cuando esté el arroz (*no mucho tiempo pero que se vea sueltecillo*), hay un truco muy chulo que es coger una cuchara y depositarlo nuevamente en su envase, aplastándolo un poco para que quede compacto. Hecho esto, cogemos el plato en que vayamos a servir lo ponemos encima del vasito y, con un hábil giro, le damos la vuelta.

Al quitar el envase el arroz nos quedará con una forma de flanecillo de lo más aparente. Ya sólo queda echarle por encima (*con cuidado para que no se rompa*) el tomate frito calentado previamente en un cazo, y acompañarlo con el huevo frito y las salchichas que habremos dorado un poco en la sartén. Los puros de la sobremesa, que los ponga él.

TORTILLA GUISADA II (EL RETORNO)



Ingredientes: 1 tortilla precocinada (*hay muchas marcas, yo suelo elegir la más barata*), 1 paquete, bote o lata de pisto (*en este caso de la marca Campo Rico, envasado al vacío, que como su propio nombre indica está muy campo*), aceite de oliva virgen extra.

Preparación: en una sartén amplia, ponemos un poco de aceite y calentamos a fuego medio la tortilla por ambas caras. En un cazo calentamos el pisto. Si queremos le podemos añadir un poquito de agua para que quede más caldoso y luego empape mejor. Cuando la tortilla esté caliente la cortamos en cuatro porciones, separándolas un poco, y echamos el pisto por encima, procurando extenderlo bien. Se tapa la sartén y se deja a fuego muy suave dos o tres minutos para que los sabores se

mezclen bien. Y eso es todo. Y no es poco, como veréis si la preparáis.

Vicio confesable: yo, cuando la preparo, la acompaño en el plato con una cucharadita de salsa picante Sambal Oelek, mi debilidad en picante, donde untar un poco los pedacillos de tortilla antes de comerlos. Un goce.

CANTANDO BAJO LA ALUBIA



Ingredientes: 1 bote de alubias (*de esos de cristal, que hay de muchas marcas y que no pueden faltar en nuestra impostora despensa*), taquitos de jamón y taquitos de chorizo, de los que vienen ya cortados en un envase de plástico y a los que últimamente estoy sacando yo mucho partido (*los que he usado son Revilla, el de chorizo, y Navidul el de jamón, pero hay variedad de marcas*), 1 cebolla mediana, 3 dientes de ajo, pimentón, aceite de oliva virgen extra y sal.

Preparación: no puede ser más fácil. Se pica la cebolla y se pone a hacer con un chorreón de aceite, acompañada de los tres dientes de ajo un poco aplastados con el puño. Cuando veamos que está doradilla, se añade un puñado de tacos de jamón y otro de los de chorizo (*más o menos grande, según lo cerdófilo que seas*), se les da una vuelta rápida, se añade una cucharadita generosa de pimentón, se remueve un poco y se le pone sal y un dedo de agua. Poca cosa. Mejor quedarse corto y añadir poco a poco si nos hace falta más. Dejamos hirviendo este caldo durante 5 minutos a fuego suave y ya podemos añadir el contenido del bote de alubias. Si vemos que está corto de agua, le añadimos un poco pero teniendo en cuenta que unas buenas alubias deben estar hiladas y no quedar demasiado caldosas. En otros cinco minutos, a fuego medio y agitando la cazuela por las asas de vez en cuando para que la alubia suelte su harinilla, tendremos el guisote listo. Un plato perfecto para estos días de lluvia que nos están cayendo encima.

Sofisticado apunte culinario: un buen pimentón es imprescindible en una buena cocina para impostores. Es un enemigo natural de la "laticidad" (condición de ser de lata, que diría el filósofo), camuflando la envasada procedencia de los alimentos. Y además, qué historias, que lo que gana un guiso con un buen pimentón es impresionante. Merece la pena una pequeña inversión extra en un pimentón en condiciones. O en una buena amistad que, como ha sido mi caso, te regale un paquete de un kilo de pimentón "El Arcángel" de Aldeanueva del Camino, Cáceres. Dan ganas de comérselo a cucharadas.



MEJILLONES ¡HALA! VINAGRETA

Ingredientes: 1/2 cebolla, 1/2 tomate, 1 pimiento verde pequeño, 1 lata de mejillones al natural (*los que yo he usado son de la marca Miau*), aceite virgen extra, vinagre y sal.

Preparación: se cortan en daditos pequeños el tomate, la cebolla y el pimiento, se aliñan bien en un recipiente con aceite, vinagre y sal, y se remueven. Se abre la lata de mejillones, se tira el jugo que traen y se añaden los mejillones a la mezcla ya preparada. Se vuelve a mezclar bien, se tapa el recipiente con plástico (*de uno de esos rollos de cocina malditos que no hay quien corte decentemente*) y se deja macerar en la nevera para que los sabores se mezclen bien y el vinagrillo haga su excitante efecto. Aunque en los bares podían dejarlo reposando meses en una vitrina, no es muy sanitariamente recomendable, así que con un rato bastará. Antes de servir es recomendable volver a removerlos.

Queda así desvelado el secreto de este manjar de tabernilla. Sé que los bares me odiaran por revelar su receta, pero la venganza, como la vinagreta, es un plato que se toma frío.

EMPEDRADO DE JUDIAS PINTAS



Ingredientes: 1 bote de cristal de judias pintas, 1 cebolla, 4 dientes de ajo, 1 vasito de arroz blanco de los que vienen preparados para calentar nada más, 1 morcilla de Burgos, aceite de oliva virgen extra y sal.

Preparación: se trocea la cebolla y se pone a dorar con los dientes de ajo un poco aplastados pero enteros. Cuando coja color se añade la morcilla (*en cuatro rodajas como de 2 cm. de ancho, o la parte proporcional entera si no queréis que se deshaga tanto*) y se dora un poco. Añadimos agua (*sin pasarnos para que luego el caldo quede hilado, pero teniendo en cuenta que al final se le pone arroz*), sal y lo dejamos hervir 5 minutos (*un poco más si la morcilla está de una pieza*). Se agregan las judias del bote, se remueven bien

y se deja a fuego lento 7 u 8 minutos más. Si vemos que le falta caldo, se le añade un poco más de agua, y, cuando hierva, le ponemos el contenido del vasillo de plástico con el arroz, tal cual. Removemos con cuidado para que el arroz se suelte, y lo dejamos hervir otro par de minutos. Un plato de cuchara, rico y lucido. Esto si que es un toque hogareño y no unas cortinas nuevas.

BONITO CON TOMATE



Ingredientes: 1 bote de bonito en aceite. Un bote de los buenos que esta vez el extra merece la pena. Dos o tres tomates hermosos, 1 diente de ajo, aceite de oliva virgen extra, vinagre, orégano y sal.

Preparación: empezamos escurriendo bien el aceite del bote de bonito (*no por el desague, que acaba yendo al mar y entre la contaminación y los japoneses nos quedamos sin atunes*) y sacando los lomos con cuidado para que no se rompan mucho. Se rallan los tomates por los agujerillos gordos del rallador, y se le quita el exceso de líquido dejando sobre todo la pulpa. Se ralla también el diente de ajo (*al contrario que el tomate por la zona que ralle lo más fino posible*) y se mezcla bien con el tomate. Se aliña con aceite y un poco de vinagre, se le añade sal y se espolvorea con un poco de orégano. Es el momento de añadir el bonito, remover bien (*pero con cuidado para que no se rompan los tacos*) y dejar el conjunto reposar un rato para que el pescado se macere un rato con la mezcla. Y poco más. Un poquito de aceite y algo más de orégano

en el momento de servir y verás qué cosa más buena. De farsante profesional.



TORTILLA GUISADA

Ingredientes: una tortilla precocinada, una cebolla, dos dientes de ajo, un vaso de vino blanco, pimentón picante (*yo últimamente le pongo pimentón picante hasta al Cola-caó*), un paquete de taquitos de jamón ya cortados, aceite de oliva virgen extra y sal.

Preparación: se pican la cebolla y los dientes de ajo y se ponen a sofreír con un poco de aceite. Cuando estén empezando a dorarse se le añaden unos tacos de jamón y se les da una vuelta, junto con una cucharadita de pimentón picante. Es el momento de añadir el vino blanco (*y de tomarnos un chatito*

también nosotros. Ya puestos). Cuando hierva un poco y se evapore el alcohol, añadimos agua (*sin miedo, que luego la tortilla es como una esponja*) y sal al gusto. Dejamos la salsa espesando a fuego lento y nos liamos con la tortilla, que no tiene ningún misterio. Todo es cuestión de quitarle el plástico y pinchar ambas caras varias veces con un palillo. Se pone la tortilla en la salsa y se deja que vaya cogiendo sabor con el fuego muy suave durante unos 10 minutos. Puedes intentar darle la vuelta a la mitad, pero se parte fácilmente y es arriesgado. Más sencillo es irle poniendo salsa a la parte superior con una cuchara. En cualquier caso suele quedar estupenda.

PATATAS AL EMENTAL (QUERIDO WATSON)



Ingredientes para 2 personas (por si invitas a Watson y a Holmes que son dos) : 6 de nuestras ya imprescindibles patatas de bote, seis lonchas de beicon, un sobre de queso Emental rallado, un poco de sal y pimienta y, si vas para nota, salsa picante Sambal Oelek de la marca Suzi Wan (*una que viene en un bote pequeño, que se encuentra en muchos supermercados y que, sin duda, es la mejor salsa picante de las que conozco: pica bastante, pero el picor se va con facilidad de la boca, sin causar estropicos*).

Preparación: se enjuagan las patatas de bote bajo el grifo, se escurren y se espolvorean con sal y un poco de pimienta. Se pliega una loncha de beicon varias veces sobre sí misma y se atraviesa con un palillo, clavándolo en una patata a modo de banderilla. Repetimos la operación con cada una de las patatas

y las ponemos en una fuente de las que aguantan el calor, espolvoreándolas generosamente con el queso rallado. Se meten en el horno precalentado a 200 grados y se tienen ahí hasta que el beicon este crujientito. Se sirven poniendo si apetece una cucharadita de salsa picante en una esquina del plato para ir mojando mientras se come. Un vicio.

ROPA VIEJA (PERO DE MARCA)



Ingredientes: una lata de cocido madrileño (*el que yo he usado esta vez era de la marca Litoral*), dos dientes de ajo, media cebolla, un tomate, aceite de oliva virgen y sal.

Preparación: lo más importante en este plato es manipular previamente de forma adecuada el contenido de la lata. Para ello lo primero (*después de abrirla, claro*) es quitarle con una cucharilla una grasa rojiza que suele acumularse en el extremo y que no nos vale para nada en esta receta. Después vertemos el contenido en un colador escurriéndolo bien. El caldo también podemos tirarlo porque tampoco nos vale. Nos quedan los garbanzos, con su choricillo, su tocino y su puntita de carne. Bien. En una sartén con un poco de aceite ponemos a freír la media cebolla picada, un diente de ajo picado y el otro entero, un poco aplastado si se quiere. Cuando esté doradito añadimos los garbanzos con su choricillo, su tocino y su puntita de carne, y removemos bien. Mientras se dora, con cuidado

de que se tueste un poco pero no se queme, rallamos el tomate partido por la mitad con un rallador (*en uno de los agujeros gruesos para que no se deshaga demasiado*). Cuando veamos que los garbanzos cogen color (*suelen ponerse saltarines y alguno de sale de la sartén*) añadimos el tomate rallado al que previamente habremos escurrido el exceso de líquido dejando sobre todo la pulpa. Se sala al gusto y se remueve hasta que el tomate se integre y se sofría un poco. Te lo sirves con un poco de aceite por encima y no volverás a mirar a una lata con desprecio.

LENTEJAS CON CHORIZO



Ingredientes: un bote de cristal de lentejas (*de esos que vienen con liquidillo y que se encuentran en todos lados*) una zanahoria de buen tamaño, una patata, una cebolla, chorizo (*no tiene porque ser especial para guisos. Yo uso uno de Argal que es fino, alargado y viene dentro de un plástico y que también está muy rico con un poco de pan*), tres dientes de ajo, aceite, pimentón picante, sal y media pastilla de Avecrem o similar.

Preparación: se pica la cebolla y se pone a freír en la cazuela con un poco de aceite y tres dientes de ajo, un poco aplastados con el puño, con el fuego no muy fuerte. Cuando lo veas dorado añades un poco de sal, y unas ocho rodajas de chorizo de medio centímetro de ancho sin piel. Cuando

veas que se dora un poco, añades la patata troceada (*cortando un poco con el cuchillo y cascando el pedazo, que luego queda más hilado el guiso*), le pones un poco de pimentón picante, le das una vuelta rápida para que no se queme y añades agua. Poca agua. La justa para cubrir y poco más. Lo tapas y lo dejas hirviendo a fuego medio unos quince o veinte minutos con la media pastilla de caldo, añadiendo agua si ves que falta. Es el momento de poner las lentejas del bote (*mejor si las enjuagas antes con un poco de agua bajo el grifo*). Remueves y si ves que le falta caldo vuelves a echarle un poco de agua, pero poca que si no quedan muy caldosas y lo bueno es que salgan bien hiladas. Dejas que las lentejas hiervan a fuego lento ocho o diez minutos más y listo el guisote. Llegas a tiempo de ver el telediario.

OSADO JAMÓN ASADO



Ingredientes: una lata de jamón en su jugo de esas gorditas que tienen un aspecto vagamente triangular, aceite de oliva virgen extra, romero, orégano y tomillo.

Preparación: se saca el jamón de la lata con cuidado para que salga la pieza entera y se lava con agua bajo el grifo del fregadero. No, no me vuelto loco. El motivo es quitarle una grasilla gelatinosa que lleva por encima que no le va bien a la receta porque lo deja demasiado salado. Además, si alguien te sorprende haciéndolo seguro que ganas puntos como chef impostor: nadie que no sepa perfectamente lo que está haciendo se pone a lavar un jamón en el grifo de la cocina. Una vez

enjuagado se pone en una fuente resistente al calor, se le echa un poco de aceite por encima, se espolvorea bien con orégano, romero y tomillo y se le pone por encima otro poco de aceite. Se mete en el horno precalentado a 210 grados y se deja allí unos 10 minutos, tiempo suficiente para que las especias le den sabor y formen una capilla crujiente y tostada por encima. Yo lo he acompañado con unas alcachofas de bote hechas al horno a la vez que el jamón, pero con puré de patatas también queda muy rico. Con la salsa pasa lo mismo. Yo le he puesto ali-oli de bote Ybarra, que últimamente me tiene enganchado, pero hay muchas otras que podrían irle bien. Es cuestión de probar.

CHIPIRONES EN SU MEDIA TINTA



Ingredientes: los ya anunciados, un tomate, una cebolla, una lata de chipirones en su tinta, aceite de oliva, orégano, sal y, oye, si tienes por ahí un poco de jamón y puedes cortar unos taquitos pequeños, mejor que mejor.

Preparación: se pica media cebolla y se pone a freír con un poco de aceite. Se ralla medio tomate y cuando la cebolla esté doradita, se añade al sofrito removiéndolo bien. Se abre la lata de chipirones y se vuelca en un plato. Con una cucharilla vas cogiendo la salsa negra de la lata, dejando de lado, preferiblemente, el aceitazo que trae, y la vas añadiendo al sofrito mezclándolo todo bien. Para que salga un poco más de salsa añade un par de cucharadas de agua. Cuando veas que está todo bien

hilado, añades los chipirones (sin el aceite de la lata, insisto) y dejas que se calienten un poco con la salsa. Esto es la parte vasca del menú que decíamos al principio. La mediterránea es trocear el medio tomate y la media cebolla que te han sobrado, aliñarlos con un poco de aceite, sal gorda y un poco de orégano y comértelo acompañando a los chipirones.

Obviedad: hay mucho tradicional irredento para quien los chipirones sin arroz blanco, no son lo mismo. El problema se soluciona en un minuto con uno de esos vasitos de arroz blanco para calentar en el microondas. A mí me gusta más calentarlo en la sartén con un poco de ajo muy picado y su puntita de sal.

SALMÓN A LA IMPOSTURA



Ingredientes: un sobre pequeño de salmón ahumado (*da para dos personas*), un bote de las (*cómo no*) imprescindibles patatas peladas y cocidas, tan populares en este recetario, un bote pequeño de salsa ali-oli (*yo uso la de la marca Ybarra y me va muy bien*), perejil, aceite de oliva virgen extra y medio limón.

Preparación: se les da un hervor rápido a las patatas previamente lavadas, se escurren bien y se dejan enfriar (*más o menos: hay a quien le gustan templadillas y quien las prefiere tipo polo patatero*) se les pone abundante perejil por encima y salsa ali-oli al gusto (*con la que yo uso no hay peligro de pasarse porque es suave*). Se mezcla todo bien y se ponen en el plato acompañadas sin más por el salmón, al que pondremos por encima unas gotas de limón y un pelín de aceite. Ya solo queda soltarle al invitado el rollo ese típico de la dieta mediterránea, y a quedar como un señor (o señora, que hoy estoy muy políticamente correcto)

Nota: eso verde que se ve en la foto, es un detalle por si quiere uno chulearse un poco. Una bola de aguacate (*hecha con una herramienta de esas de hacer bolas de helado*) aliñada con un poco de limón (*que además evita que se ennegrezca*), un poco de sal y unas gotillas de aceite.

NAVAJAS A LA PLANCHA COMO EN EL MISMO COMBARRO (O UN PUEBLO CERCA)



Ingredientes: un par de dientes de ajo, una lata de navajas (*de las normalitas, que salen muy ricas*), medio limón, perejil y aceite de oliva virgen extra.

Preparación: se pica el ajo muy picadito, se pone en un recipiente con aceite de oliva y abundante perejil, se mezcla bien y se deja ahí reposando. Ponemos una sartén al fuego y cuando esté caliente se echan cuatro gotas (*un poco, vamos*) del aceite que teníamos preparado (*más que nada para que no se jorobe la sartén*). Se les escurre el líquido que traen a las navajas y se ponen al fuego echándoles por encima la mezcla de ajo, aceite y perejil que teníamos preparada. Se les da un par de vueltas para que cojan color (*pero visto y no visto para que no se resequen*) y se vuelca el contenido de la sartén en un plato, regando las navajas con un chorreón de limón. Un aperitivo de los de chulearse.

IMPOSTURA DE BACALAO



Ingredientes: un sobre de bacalao ahumado (*los pequeños valen para dos personas, al menos el que yo utilizo que es de Carrefour y sale bien de precio*), un bote de las maravillosas patatas cocidas que utilizamos tan a menudo y a las que los dioses bendigan, alcaparras, un tomate, aceite de oliva virgen y sal.

Preparación: se ponen las patatas en agua hirviendo un par de minutos, se escurren y se reservan dejándolas templar. Se ralla un tomate con el rayador, se le ponen unas alcaparras, sal y aceite, y se mezcla bien. Se cortan las patatas en dos (*o en tres si son más grandes*) y se mezclan con el tomate preparado. El resto es sencillo. Extender las lonchas de bacalao, acompañar con las patatas y adornar con alguna alcaparra más y un chorreóncillo de aceite de oliva. Otro veraniego engaño gastronómico.

GAZPACHO A LOS FINOS FRAUDES



Ingredientes: un brick de gazpacho de 1 litro (*yo lo hago con Alvalle "clásico" y me va muy bien, pero los gazpachos son como los culos: cada uno tiene uno favorito*), un diente de ajo, sal gorda, aceite de oliva virgen extra, vinagre.

Preparación: en un mortero poner el ajo muy picado, un poco de sal gorda, una cucharada de aceite y un poco de vinagre. Majar apretando hasta que el ajo quede bien deshecho. Echar un poco del gazpacho del brick en el mortero y remover bien. Poner la mezcla en una fuente, añadir el resto del gazpacho y volver a mezclar bien. Si el brick estaba fresquito de la nevera ya está listo para comer. Si no, dejar enfriar en el frigorífico que así también se mezclarán mejor los sabores.

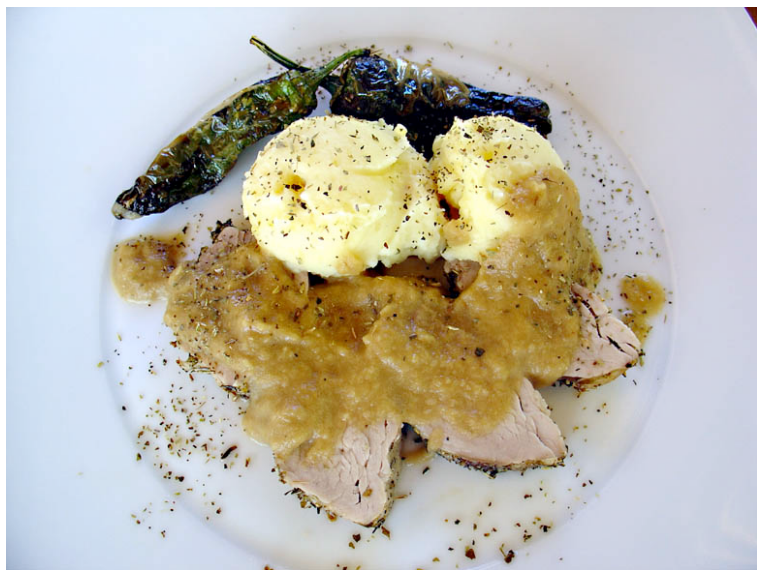
SALSA PARA CARNES



Ingredientes: un par de cebollas medianas, un bote de mostaza, un bote de salsa de soja, un poco de agua y aceite.

Preparación: Se pican las cebollas y se ponen a dorar. Cuando están hechas se le añade una cucharadita generosa de mostaza, salsa de soja abundante (*hasta que adquiera un tono como el de la foto*) y un poco de agua para aligerar y que no quede tan espesa. Se remueve bien y se deja un minuto a fuego suave. Se retira y se pasa bien por la Minipimer. Una salsa sorprendentemente sabrosa que va muy bien con la carne asada o esos redondos de lomo o de pollo rellenos que venden ya preparados en todos los supermercados y que cortados en lonchas, con un poco de puré de patatas y esta salsa te sacan del lío.

ASADO PARA NO INICIADOS



Ingredientes para 4 personas: un par de solomillos de cerdo medianitos, sal gorda, pimienta, tomillo, romero, orégano y aceite de oliva virgen. Puré de patata de sobre. Salsa que nos guste de bote o de sobre

Preparación: se les quita alguna grasilla blanca inoportuna que tengan los solomillos por el exterior, se les pone sal por ambos lados y se espolvorean moliéndoles encima un poco de pimienta. Se colocan en una cazuela de cristal Pyrex (*de las que aguantan el calor del horno*), se les pone un poco de aceite por encima y se espolvorean generosamente con el romero, el tomillo y el orégano. Se meten en el horno precalentado a 210 grados, y se dejan allí tranquilitos, sin necesidad de hacerles nada, media hora. Se cortan en

lonchas más o menos gruesas según el gusto de cada uno (*con un cuchillo afilado para que no se deshagan*) y se acompañan con puré de patatas (*del de sobre vale perfectamente*) y la salsa (*de bote o sobre*) que más te guste. Ya sólo queda chulearse a modo con los invitados.

Sobre salsas y otras pócimas misteriosas: Falsarius Chef no tiene nada contra las salsas de bote o sobre (*de hecho botes, latas y sobres varios son la esencia de su recetario*), pero esta receta tal vez merezca el esfuerzo de una salsa hecha por uno mismo. La de la foto es una de mostaza y salsa de soja y puede hacerla incluso quien sólo distingue una cocina de un baño por el color de los baldosines. La fórmula magistral en una próxima entrega.

ACOMPAÑAMIENTO UNIVERSAL "FALSARIUS"



Ingredientes: un bote de cristal de las maravillosas y multipotenciales patatas cocidas y peladas (*las hay de muchas marcas*), un bote (o *lata*) de pimientos del piquillo asados, unos dientes de ajo, sal gorda, aceite de oliva virgen extra.

Preparación: en una bandeja de cristal Pyrex (*de las que aguantan el calor*) se pone la mitad de patatas y la otra mitad de pimientos del piquillo. Encima de las patatas se ponen unos dientes de ajo (*yo recomiendo varios porque quedan muy ricos*) y se les echa un poco de aceite y un poco de sal gorda por encima. Se meten en el horno

precalentado a 200 grados y se tienen allí 15 minutos. Y ya está. Cosa de brujas para quedar como un mago (*farsante*) de la cocina.

Presentación: antes de servir, remover un poco el pimiento para que quede más lucido. A las patatas no les viene nada mal un toque final de aceite y un adorno de alguna especia (*orégano, pimienta, romero*) que te guste.

HOMENAJE DE GAMBONES



Ingredientes: tres gambones por persona (*bueno, basta de miserias, digamos cuatro, que son baratos y luego el gambón extra se agradece*), sal gorda y aceite de oliva. Aunque parezca mentira, con estos ingredientes, un horno y diez minutos se consigue un plato de lujo.

Preparación: calentar el horno a 200/210 grados. Mientras se calienta poner los gambones en una fuente pyrex (*la típica de cristal que resiste el calor del horno*) con cuidado de que no monten uno sobre otro. Espolvorear con sal gorda sin miedo (*y sin pasarse, que no son gambones a la sal*) y regar con un hilo de aceite. Cuando el horno esté a temperatura, meterlos dentro y tenerlos allí diez u once minutos. Y ya está. No hay más misterio. Se pueden acompañar con casi cualquier cosa, un poco de ensalada, un tomatillo en rodajas con aceite y sal o cualquier otra cosa que haga bonito. Los de la foto los he servido con un **Acompañamiento Universal Falsarius** (*pimiento asado, patata y ajos al horno*) del que ya tendréis noticia, que les aporta consistencia de plato principal.

ENSALADA DE PIMIENTOS Y ACEITUNAS NEGRAS



Ingredientes: una lata de ensalada de pimientos, otra de aceitunas negras, media cebolla y aceite de oliva virgen extra. (opcionalmente un huevo y un par de dientes de ajo)

Preparación: vaciar la lata de ensalada de pimientos en un cuenco, trocear la cebolla en tiras finas y mezclar (*la lata ya tiene cebolla, pero la cebolla fresca le da un toque muy especial*). Añadir las aceitunas negras y remover. Dejar refrescar en la nevera un ratito y antes de servir adornar con un chorreón de aceite de oliva. No os dejéis engañar por la sencillez del plato: queda buenísima.

Nota para gordos profesionales: si antes de servirla cortáis un par de dientes de ajo en láminas, los freís y se los echáis por encima, ya es un escándalo. Un huevo

cocido cortado en lonchas y puesto por encima con su gotita de aceite y su puntita de sal, tampoco es ninguna tontería.

PAELLA DOMINGUERA



Ingredientes para 4 personas: tres paquetes de paella como la de la foto (*no es publicidad, ni me llevo comisión -lamentablemente- pero de las que he probado es con la que mejor sale esta receta y la que mejor engaña a la vista*), medio kilo de almejas, aceite de oliva, un par de dientes de ajo y sal.

Preparación: lavar las almejas sumergiéndolas en agua con sal durante al menos media hora y cambiando el agua un par de veces. Preparar una paella (*ese tipo de sartén al que suele llamarse paellera*) con siete u ocho cucharadas de aceite y sofreír en él los ajos previamente picados. Cuando estén dorados añadir el contenido de las bolsas y salar (*de por si viene un poco sosa para mi gusto y la paella*

de las madres suele ser generosa en sal). Ir removiendo a menudo para que el arroz se haga uniformemente. Mientras tanto preparar otra sartén con un poquito de aceite y cuando esté caliente echar las almejas para que se abran, desechando las que pasado un tiempo prudencial sigan cerradas. Cuando el arroz esté totalmente descongelado y empiece a tener un aspecto apetitoso, echar sobre él las almejas con el jugo que hayan soltado y mezclar bien (*esto no es una paella tradicional, aquí no le pasa nada al arroz por removerlo, más bien al contrario*). Repartir bien el arroz agitando la sartén por las asas, alisar igualando la superficie con una cuchara de palo para que el efecto visual de paella casera sea perfecto, y dejar que acabe de hacerse. Si se mantiene el tiempo suficiente en el fuego, ya sin remover, sale también un rico socarrat en el fondo.

"PAPAS ALIÑÁS"



Ingredientes: un bote de patatas cocidas, abundante cebolla, bonito del norte (*el de Ortiz de bote de cristal es el que uso yo, pero sirve cualquiera de lata*) perejil, sal, vinagre y aceite de oliva virgen extra.

Preparación: lavar las patatas cocidas, remojarlas un minuto o dos en agua hirviendo con sal (*les quita cualquier resto de delatora procedencia conservera y mejora su textura*). Escurrirlas bien y rociarlas generosamente con aceite mientras están aún calientes. Trocear abundante cebolla y mezclarla en un bol con las patatas, la sal, perejil sin avaricia, como si fuera gratis, y un chorreón de vinagre. Añadir el bonito al final para que no

se desmigaje mucho. Hay quien prefiere comerlas en templado pero no pasa nada si se dejan reposar un ratito en la nevera. Antes de servir, volver a removerlas bien, decorándolas con un poco más de perejil. Como en El Faro de Cádiz pero de bote. Y sin Cádiz, que eso si que es desgracia.

FABES CON ALMEJAS



Ingredientes para dos personas: tres dientes de ajo, 3 ó 4 puerros, media cebolla, pimentón picante, sal, dos latas de "fabes con almejas" (yo uso Litoral que valen tres euros la lata y están muy buenas)

Preparación: en una cacerola (aunque lo ideal es en una olla de barro que hará más creíble aún la impostura) se sofríen los puerros cortados en lonchas de un dedo de anchas, la cebolla picada y los tres ajos sin pelar pero aplastándolos un poco con la mano. Se doran un poco y se le añade un pellizco de pimentón picante y un poco de sal. y se añade agua hasta cubrir. Se deja hervir a fuego mediano hasta que el puerro y el ajo se vean hechos (unos 15 minutos) añadiendo agua si hace falta, pero sin pasarse, para que luego no queden las fabes demasiado caldosas, sino más bien hiladas que es lo rico. En

este momento se añaden las dos latas de fabes, se remueven bien (con una cuchara de palo que luego queda muy profesional sobre el puchero) y se dejan calentar a fuego lento hasta que empieza a hervir. Un par de meneos a la cazuela en el proceso sujetándola por las asas, hará que todo ligue mejor. Se dejan reposar un ratito y tienes una fabes de las que te hacen una reputación.



Es muy importante no dejar las latas vacías ni a la vista, ni en la parte superior de la basura o de la bolsa de reciclado. hay que esconderlas a conciencia o te pillan fijo, que hay mucho envidioso malo suelto.