

# *Sabor y Tradición: Relleno de lechuga, pollo a la Castellana y bizcocho a la española (+Fotos)*

---

Image not found or type unknown



**Sabor y tradicion**

*por Silvia Mayra Gómez Fariñas*

Hace poco me pasó algo que quizás le suceda a muchas personas, muy pocas veces leemos bien los carteles y las propagandas de los lugares que frecuentamos.

Fuimos a comer algo a una cafetería, cerca de la Casa de la Música de Playa, y después que comprar y pagar, me fijo en un cartel que había al lado de la contadora. Decía que a las personas de más de 60 años les hacían un descuento del 5% del consumo. Le pregunto a la cajera si me había hecho el descuento. Yo con 69 recién cumplidos y mi esposo, con 74. Muy fresca al pecho, me dice “!Ayyyyy!

déjelo para otra oportunidad". ¿Sabe ella si le daré otra oportunidad? Y me vino a mi mente el dicho popular de que el papel aguanta todo lo que le ponen. ¿A quién tratamos de engañar? Al consumidor. Si se pone un derecho, se debe cumplir, ¿cómo no se lo olvido cobrarme? Espero que esto no se repita con otras personas, pues conmigo no ocurrirá más, lo cual me agradecerán.

En esta ocasión sigo hablando sobre el libro que me regalaron Nuevo Manual de la Cocinera catalana y cubana, de 1858. Son dos libros a la vez, porque tiene además el Manual de repostería, pastelería, confitería y licores de la cocinera catalana y del cocinero cubano. Tiene cosas muy interesante.

Muchos de esos platos de la cocina catalana permanecen hasta nuestros días en la cocina criolla, como es la crema catalana y nuestra deliciosa natilla.

Estudiando las recetas, veo que se emplea con mucha frecuencia la harina de arroz para confeccionar diferentes platos y en la repostería, la flor de naranja para saborisar, entre otras cosas.

En el libro se refiere que "en el arte de la cocina... entre las sustancia que se emplean para excitar el gusto en las comidas y dar acción a los órganos del apetito... los estimulantes, como son plantas aromáticas, sales, ácidos y plantas aperitivas. Entre las especies más comunes para confeccionar platos están: pimienta, clavo, nuez moscada, canela, laurel, cilantro, menta, orégano, perejil, apio, cebolla, ajo, entre otras, puede decirse que son necesarias, especialmente el perejil, que es de primera necesidad. No hay guiso por sencillo que sea, en que las cocineras dejen de usarlo".

Como se aprecia nuestros antepasados hacían una cocina muy sana, sin agredir el organismo con tantos químicos. Cuando muchas personas me dicen que no tienen o no hay con qué condimentar les sugiero que siembren en su propias macetas, lo que, a la vez, le sirve de adorno. Nuestras abuelas tenían en cacharros y trastos viejos plantas como el orégano, menta, la hierba buena, romero (un poco difícil de lograr), culantro, cilantro, cebollino y ajos puerro.

Entre los consejos que dan, tenemos:

- Cuando se ponen agridulce en los guisados, debe hacerse al final.
- En los guisos en que se ponga leche o queso, no se pondrá nada ácido.
- En todos los guisados y cocidos la sal se pondrá al empezar a cocer.

Otra cosa que me llama la atención es el empleo de flores para confeccionar algunas recetas, ejemplo: horchata de flor de naranja, de violetas, de rosa blanca, mermelada de violeta y clavel.

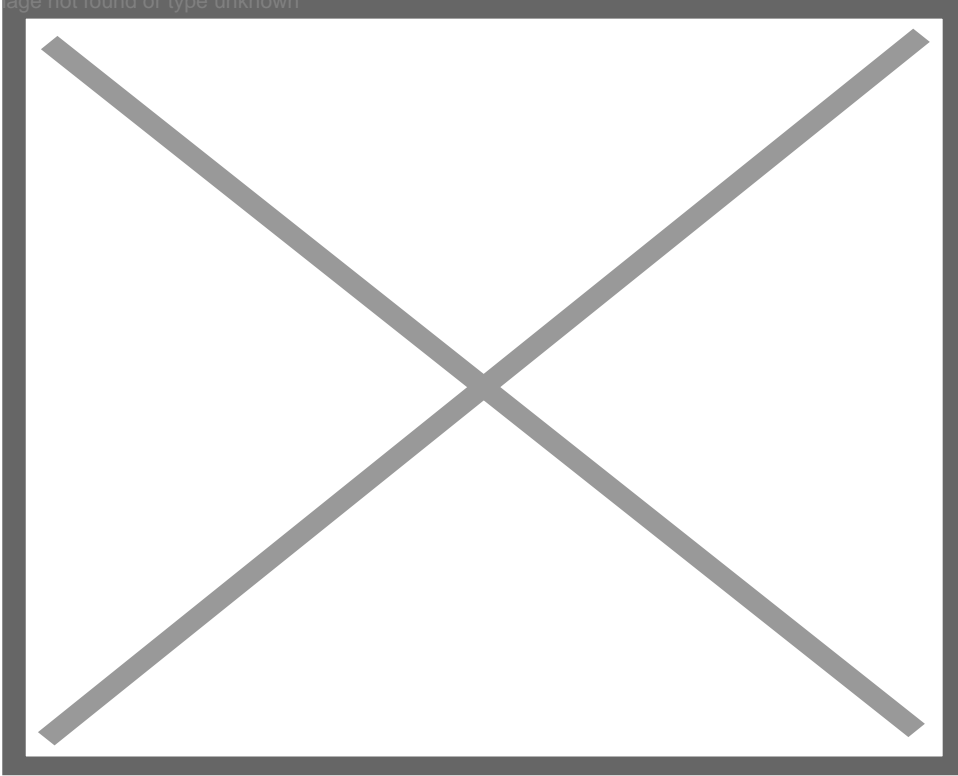
El libro también presenta una variedad de bebidas refrescantes, como sambumbia, chicha, ponche, agua de loja, entre otros, que las mujeres hacían para el disfrute. Me dice mi esposo que en La Habana había varios bares donde ofertaban el agualoja quizás como una bebida energética, uno de ellos quedada en la Plaza Vieja, donde está el restaurante La Vitrola.

Después de este recorrido les traigo: relleno de lechuga, pollo a la castellana y bizcocho a la española, espero los disfruten.



**Libro Cocinera Catalana Cubana**

Image not found or type unknown



### **Rollos de Lechuga**

colóquelas en el caldero con el caldo, lo puntea de sal y pimienta a gusto y se pone a la candela a cocinar durante cinco minutos, sáquelos envueltos, escúrralos y póngalos en una fuente y acompáñelos con una salsa a gusto.

### **Rellenos de lechugas**

#### **Ingredientes (4 servicios):**

Una taza de picadillo hecho, 12 hojas de lechuga, 1 taza de caldo, pimienta y sal a gusto.

#### **Preparación:**

Escoja las hojas más grandes y gruesas, lávelas y escúrralas.

Ponga a la candela una cacerola con agua para escaldar las hojas de lechuga, póngalas de nuevo a escurrir y cuando estén frías coloque en el centro de la hoja una o dos cucharadas de picadillo, envuélvalo y si tiene palillo o un similar del centro de la hoja de coco, asegúrelo.

Cuando las tengan todas,

## Pollo a la castellana

### Ingredientes (4 servicios):

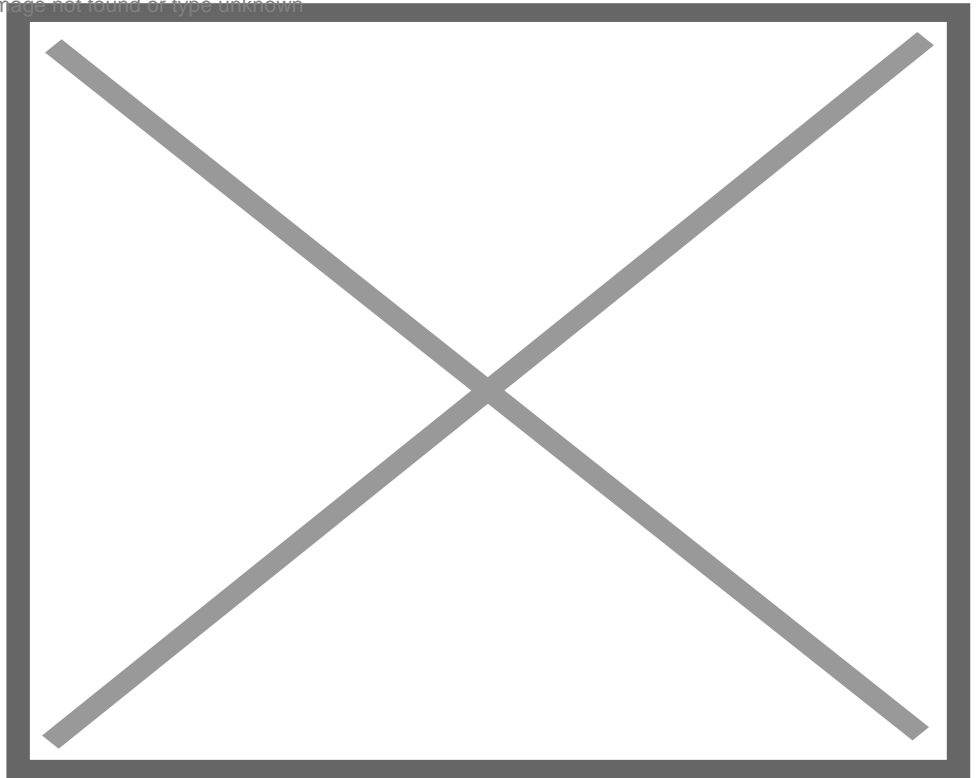
Cuatro muslos de pollo, ½ taza de dados de ahumado, 1 cebolla, 4 dientes de ajo, ½ taza de vino blanco o vino seco, 1 cucharadita de bijol o cúrcuma, 1 cucharada de jugo de limón o vinagre, ½ macito de perejil, 4 cucharadas de harina, pimienta y sal a gusto.

### Preparación:

Limpie, lave, dele cortes y escurra los muslos de pollo. Limpie y pique en ruedas la cebolla. Limpie y macere los ajos. Limpie, lave y pique bien fino el perejil. Tueste la harina.

Ponga a la candela una cacerola con los dados de ahumado, le agrega la cebolla, los ajos, sal y deje sofreír. Agregue el pollo revolviéndolo para que coja sabores. Luego añada el vino, el bijol, el jugo de limón, el perejil, la harina tostada y cúbralo con agua, déjelo cocinar hasta que se reduzca el líquido y quede una salsa a gusto.

Image not found or type unknown



**Pollo a la Castellana**



**Biscocho a la española**

Biscocho a la española

Ingredientes:

Seis huevos, 2 tazas de harina de arroz, 1 taza de azúcar, raspadura de corteza de cítrico; naranja o limón

Preparación:

Parta los huevos, ponga las claras en una fuente honda y reserve las yemas. Bata las claras y haga un merengue a punto de nieve, agréguele las yemas y mézclelas bien.

Luego añada el azúcar poco a poco sin dejar de mezclar. Reserve dos cucharadas. Cuando esté todo bien mezclado vierta poco a poco la harina de arroz, la ralladura de cítrico a gusto sin dejar de mover

hasta que esté todo bien mezclado.

Se debe tener previsto un molde engrasado para colocar la masa, que se untará con el merengue que reservó y se pone en el horno o en una olla de presión untada de grasa donde se colocará la masa, se embarra de la misma forma y se pone sin presión a la candela. Esto, tanto en el horno o en la olla, está cuando se le introduce una varilla o cuchillo y salga limpio. (Tomado de Cubadebate)

<https://www.radiohc.cu/de-interes/caleidoscopio/287473-sabor-y-tradicion-relleno-de-lechuga-pollo-a-la-castellana-y-biscocho-a-la-espanola-fotos>



# **Radio Habana Cuba**