

**Niria Suárez Arroyo-Marielena Mestas Pérez**

**Coordinadoras**

**MEMORIAS DEL GUSTO**

**Itinerarios, recorridos, fusiones, tradiciones**

**MERIDA. Octubre 2010**

**Esta investigación y recopilación fue propuesta y dirigida por el MUSEO  
DE LA MEMORIA Y LA CULTURA ORAL ANDINA (MUMCOA)**

**[www.saber.ula.ve/mumcoa](http://www.saber.ula.ve/mumcoa)**

## **PRIMERA PARTE**

**Comedores Familiares Venezolanos: el arte de la fusión**

**Recopilación: Marielena Mestas Pérez. UCAB.**

## **Del gusto en nuestros fogones caraqueños y alrededores**

Uno de los recintos sagrados de los venezolanos es la cocina. Allí tienen lugar eventos tan variados y los más agradables encuentros, niños que juegan al escondite detrás o dentro de la alacena e intercambios de recetas. Eso sí, todo envuelto en la atmósfera peculiar de los aromas característicos de cada sazón familiar.

En Venezuela por muchísimas décadas fue emblemático el día domingo porque su llegada remitía, semana a semana, al reencuentro en el hogar de los abuelos. Allí se congregaban hermanos, tíos, primos y una serie de parientes a degustar platillos deliciosos como el hervido que podía ser de gallina, de res o de pescado, o la sopa de rabo, el mondongo, el asado negro y el pabellón criollo, por sólo mencionar los más populares.

Es frecuente escuchar a los mayores relatar con nostalgia que en su familia la hora del almuerzo era sagrada y, por tanto, todos debían estar presentes. También refieren algunos que mientras se encontraban comiendo sólo los mayores hablaban y los más pequeños sólo debían comer y callar. Asimismo hay quien rememora que a la mesa jamás se iba sin camisa, por más que el calor fuera sofocante. Lo mismo vale decir de la gorra o sombrero, complementos execrados del comedor doméstico.

Otros asuntos vinculados a los almuerzos o cenas están llenos de anécdotas simpáticas e inolvidables como cuando, por ejemplo, una persona era invitada de honor a un banquete y no le gustaba el menú. La decencia imponía el imponía el disimulo, es decir, comer con resignación en absoluto silencio y, además, dando muestras de satisfacción plena y gratitud.

Algo que siempre nos ha resultado curioso es que cuando se pretende halagar a una persona se dice con insistencia “tienes que probar sus hallacas, son las mejores de Caracas”. Esto puede aplicarse a una comida dulce o salada, lo cierto es que se reconoce la habilidad culinaria y se privilegia por la confesión de alguna fineza en particular. Caso aparte cuando alguien sentencia que “a Fulanita de tal todo le queda rico”. Entonces, puede afirmarse que esta es una persona consagrada en las artes culinarias.

Quiero referirme ahora al caso específico de nuestra cocina caraqueña y, en general, de la región central del país. Esta cocina está llena de influencias variadas que contribuyen a dar riqueza, sabor y color a cada plato. Así, la capital ha recibido desde hace algunas décadas el influjo de italianos, españoles, portugueses, árabes y caribeños en general. Además, de Caracas han hecho una “patria chica” venezolanos que arribaron de todas partes del interior y que también han puesto su granito de arena para realzar y enriquecer más aún la culinaria capitalina. Cada uno ha aportado ingredientes y estilos a nuestra gastronomía tradicional.

Observamos, entonces, que el vino moscatel, las pasitas, alcaparras, aceitunas, por sólo mencionar algunos ingredientes, están presentes en la sazón diaria de nuestros fogones armonizando, jamás compitiendo, con el anís de pepita, el ají dulce y el “compuesto”.

A continuación presentamos una muestra de recetas de familia que evidencian los aludidos caracterizadores y que también recogen la añoranza, el afecto y el deseo de compartir sus memorias del gusto, auténticos tesoros domésticos, con los lectores de estas páginas. Para todos, ¡buen provecho!

Marielena Mestas Pérez.

Caracas, 2008

## **La comida de mi nana**

**Alberto José Mestas Pérez**

Justo al mes de haber venido al mundo, en agosto de 1964, llegó a mi casa mi segunda madre: Olga María González Iriarte, mi nana, conocida también como Olgui, Olguín u Olguita.

Recuerdo que aunque mis hermanos y yo éramos inquietos y tremendos, ella siempre fue paciente y bondadosa con nosotros. A diario preparaba para el almuerzo sopas de carne y pollo, lentejas, caraotas blancas, rosadas o negras. El segundo plato podía ser bistec, carne molida o pollo. Su sazón era sencilla y sabrosa. Nos hacía comernos todo, argumentando siempre que en el mundo había muchos niños sin alimentos y porque, también, debíamos crecer sanos y fuertes. Otra cosa que no faltaba en la nevera de mi casa era la gelatina y tampoco el dulce de ciruelas pasas y el de lechosa, si era el tiempo de navidad.

Olgui tenía muy buena mano a la hora de amasar arepas, que las preparaba estupendas y también lograba un punto excelente cuando confeccionaba las hallaquitas de chicharrón o con trocitos muy menudos de ají dulce y pimentón rojo. También eran excelentes sus arepitas dulces, pequeñas y abombadas. Por supuesto, lo mejor era la masa para las hallacas y los bollos: muy suave, gustosa y con el toque de onoto exacto para que el resultado final no fuera unas hallacas fosforescentes o pálidas.

Quiero honrar a Olgui, quien, aunque han pasado algo más de 40 años, todavía vive en mi casa y aún sigue cuidándonos y atendiéndonos con verdadera devoción. La manera de reconocer sus cuidados será muy sencilla, pero succulenta, y es que voy a compartir su receta del pollo en fricasé, plato que si bien a nosotros de pequeños no nos entusiasmaba mucho, a mis papás sí les complacía enormemente. Según el Diccionario de la Real Academia Española, fricasé es un guisado de la cocina francesa y se han hecho diversas versiones del mismo. En todo caso, mi padre aportó esta receta a la memoria gastronómica de nuestra familia y, siendo él de origen cubano, probablemente la versión propuesta podría tener origen caribeño. Además, recuerdo especialmente que mi papá pedía que le prepararan el manjar con cierta frecuencia.

## **Fricasé de pollo de Olgui**

### **Ingredientes:**

2 pollos en presas pequeñas, salpimentadas y puestas a dorar en poco aceite. 2 cebollas en cuadritos menudos, tres papas y dos zanahorias peladas y cortadas en cuadritos parejos, 2 cebollines en rueditas, 8 ó 10 vainitas tiernas, bien lavadas y cortadas en palitos de 2.5 cm., pasitas, aceitunas rellenas, 3 dientes de ajo machacados, medio pimentón rojo, medio pimentón verde, ambos en cuadritos menudos. Tres tomates sin concha, licuados con suficiente agua, o mejor caldo de pollo, y una tacita de vino tinto moscatel (este último ingrediente no lo empleaba Olgui, muchos años más tarde se lo añadió mi hermana Marielena).

Una vez fritas las presas de pollo, se añade el tomate licuado y los demás ingredientes, se cocina a fuego bajo, tapado, hasta que ablanden las papas, zanahorias y el pollo, unos 15 minutos aproximadamente. Se rectifica la sazón de sal. Debe quedar suave y jugoso.

Como algo opcional, también puede incluirse una lata de petit pois y trocitos de cochino, pero estos dos ingredientes no son parte de la receta original de mi nana.

El fricasé se sirve con arroz blanco.

## **De ñapa, el lechón a la cubana**

Como “ñapa” y animado al haber mencionado antes a mi padre, preciso decir que a él le encantaba una comida en familia. Siempre se fascinó al ver la mesa rodeada de comensales. Invitaba a amigos y familiares con frecuencia porque era muy alegre y amistoso. Especialmente el día de Nochebuena, Año Nuevo y su cumpleaños eran festejados en grande con una comilona cubano-venezolana (mi papá, Manuel o Manolo, era de origen cubano y mi mamá, María Magdalena o la Nena, era venezolana, específicamente caraqueña).

Especifico, mi padre, sólo entraba en la cocina dos veces al año: la tarde del 23 y del 30 de diciembre de cada año. Antes pasaba por el Mercado de Quinta Crespo y con esmero seleccionaba 3 ó 4 docenas de naranjas agrias o “cajeras”, compraba al menos un kilo de ajos de buena calidad y luego llegaba a casa, donde ya le esperaba totalmente descongelado un lechón entero, sobre una bandeja inmensa, para ser adobado. Olgui se dedicaba a pelar cuanto ajo fuera necesario y también sacaba el jugo a las naranjas. Mi mamá siempre la ayudaba. Mientras, mi papá se quitaba el paltó y la corbata, se ponía un delantal y manos a la obra: con un cuchillo filoso abría innumerables agujeros al lechón, que posteriormente sería adobado con esmero con sal y todos los ajos machacados y después era bañado con el jugo abundante. Se cubría con papel aluminio y, a media mañana del 24 ó 31, se llevaba al horno bañándolo cada treinta minutos con el jugo hasta completar la cocción.

Esta receta es la que tradicionalmente se comía en Cuba y permanece inalterada en mi familia por casi de 50 años. Además de acompañar el lechón con yuca hervida y bañada con un mojito elaborado con aceite, suficiente ajo picadito y sal, es tradición servirlo con unas deliciosas hallacas. Pero esa es otra historia también de fama en mi grupo familiar.

## **Una cocina con aromas portugueses**

**José Luis Da Silva**

Para la mayoría de las familias venezolanas las fechas navideñas marcan un momento en el calendario que termina siendo imborrable, primero por sus abundantes cuentos y anécdotas; segundo, por ser un espacio privilegiado para los encuentros y gratos momentos; y tercero por la prodigalidad en sabores, aromas y colores de los platos. Por fortuna, mi familia no es una excepción a la regla.

No hay duda de que la buena mesa, aquella hecha con amor, cariño y bajo el calor de hogar, no requiere de grandes estipendios, basta con los ingredientes básicos mezclados en debidas proporciones para cautivar a los comensales invitándolos a recrear estos momentos con pláticas que hablan de sucesos ya cancelados por el tiempo, pero que su sola rememoración invoca exóticos e ingeniosos comentarios, los cuales se dilatan a lo largo y ancho del convite. Me refiero al cultivo de la familiaridad y de la franca amistad alrededor de la mesa.

Son muchas las anécdotas que pudiese traer a colación, como también recetas que aún hoy día invocan en mi memoria olores y sabores que me llenan de alegría y satisfacción. Es tal el contento que produce en mí estos recuerdos, que me cuesta imaginar un mejor regalo para mi descendencia que el transferirle gran parte de esta culinaria tradición familiar.

Asumiendo con gran injusticia la selección, y limitándome a una sola remembranza y receta, paso sin dilación a relatar lo sucedido un veinticuatro de diciembre de 1979 en la cena de noche buena.

Ya era costumbre que nos acompañase en día tan importante nuestra abuela y tía maternas. Mi madre artífice de la cena, cuidaba de todos los detalles, junto con mi hermana encargada de distribuir con extremo escrúpulo los cubiertos y las copas requeridas, y mi padre comprando exactamente todo lo que una lista dictada por mi madre indicaba y que yo tenía la tarea de escribir sin errores ni omisiones. Todo esto servía para manifestar que nadie quedaba fuera de la faena.

Mi madre, siguiendo su tradición familiar arrastrada desde su terruño portugués e integrando algunos elementos de la tradición venezolana, acostumbraba para la cena de navidad preparar el infaltable consomé de gallina, puré de batata dulce, arroz blanco bien cocido, vanidosas ensaladas, cebollas y judías verdes encurtidas al estilo portugués, hallacas, vino y jugos de frutas, nueces y pasas, siete tortas todas diferentes que ameritaban una minuciosa elaboración, amén de un generoso pernil adobado en vino y especias y cuya cocción requería pasar sus buenas seis horas en el horno.

Pues bien, aquel diciembre de 1979 algo inexplicable sucedió con el bendito horno –siendo la costumbre encenderlo cada 24 a las cinco y media de la mañana–. En más de una oportunidad se apagó la mecha que mantenía la llama que servía para conservar el calor de cocción necesario.

Primero, procedíamos a remendar el piloto y un poco más tarde pasábamos un alambre por alguno de los tubos conductores que distribuían el gas con el fin atesorar el fuego, para de seguidas, una y otra vez, retornar a jurungar el encendedor de llamas a ver si se daba el milagro. No obstante, todas las estrategias repetidas un y mil veces fracasaron. El perril se arruinó de tanto abrir y cerrar la puerta del horno, de calentarse y enfriarse. Las seis horas recomendadas pasaron a ser más de diez; al continuo incremento de las llamas le seguía un repentino desvanecimiento hasta que la última luz flamígera dio al traste con las ya exiguas esperanzas de ver felizmente coronado uno de los platos tradicionales e infaltables de nuestra mesa navideña. El cansancio, la angustia y el no saber qué hacer marcaban las horas de una tarde que poco a poco fue anunciando la llegada de la noche.

Algo había que hacer, ya que mi madre no podía admitir que sólo hubiese de segundo plato puré de batatas, arroz blanco, hallacas y ensaladas. He de indicar que todos sin excepción estábamos de acuerdo con sus argumentos, resultaba difícil sentarse a la mesa en estas condiciones. Anotemos de pasada que si había algo que marcaba el estilo de estas cenas era sus generosas y variadas porciones junto con la clara disposición de cada uno de nosotros a darse el gustazo del año. Por lo que se decidió sustituir, lo que en lo personal fue de una enorme alegría, extensiva a todos los presentes, el irremplazable perril por un plato típicamente portugués –de la Isla de Madeira–, el cual se come también en diciembre, aunque no en trascendentales fechas. Plato de origen muy

humilde pero con una riqueza de sabores y olores que en nada envidian a los platos de alta alcurnia y tradición cuyo nombre es: *carne de vinha d'alhos*. Se trata del lomo de cochino cortado en trozos irregulares, las cuales deben permanecer por varios días macerándose en vino, vinagre, sal, pimienta negra, ajos y laurel. Se cocinan en su jugo para después darles una pasada por el sartén con el fin de adquirir un dorado-tostado acompañado con pan torrado, papas y nabos cocidos. He de indicar que todos participamos en la preparación de este plato, a escasas horas de iniciar la cena. Departiendo alrededor de las hornillas, que inexplicablemente sí funcionaron, al contrario de lo que sucedió con el horno.

Todos los años mi madre acostumbra, a principios de diciembre, dejar preparada la *carne de vinha-d'alhos* en grandes recipientes con tapas de rosca. Y lejos estaba de sospechar que para ese año de 1979, imborrable para nuestras memorias, estaba dejando con la debida antelación lo que sería a la postre una de las cenas más celebradas y recordadas de nuestra familia.

Paso a continuación describir la receta y su modo de preparación.

## **Carne de vinha d'alhos (Carne de cerdo en vino y ajos)**

### **Para cuatro personas:**

600 grs de lomo de cerdo con grasa moderada

8 tajadas de pan campesino

300 grs., de papas o batatas

300 grs., de nabos

### **Para el vino en ajos:**

2 litros de vino blanco de mesa

1decilitro de vinagre de vino

Sal marina y Pimienta

10 dientes de ajos finamente picados

1 hoja de laurel

### **Preparación:**

Lavar el lomo de cerdo con agua caliente, escurrir y cortarlo en trozos irregulares. Preparar la marinada mezclando los ingredientes en un recipiente de barro y colocar la carne de cerdo. Toda la carne debe quedar sumergida en el vino de ajos. Guardar por lo menos 5 días en la nevera y en un recipiente de barro.

Cocinar a fuego lento los trozos de cerdo junto con el vino de ajos. Retirar cuando estén listos y utilizar parte del preparado para las tajadas de pan, procurando que éstas no queden totalmente sumergidas en el vino de ajos para que puedan tostarse.

Dejar enfriar el mojo, para que pueda formarse en su superficie una fina capa de grasa. Retirar la grasa y colocarla en una sartén y cuando quede bien caliente pasar los trozos de cerdo con la intención de que tomen un color dorado.

En recipiente a parte cocinar las papas o batatas y los nabos. Después de cocinados pasarlos por la sartén con un poco de aceite, o preferiblemente parte de la grasa que se formó en la superficie del mojo. Verter un poco del vino de ajos para que estos absorban su aroma y retirar.

Servir en una fuente alargada colocando las tajadas de pan y sobre ellas los trozos de cerdo, adornar alrededor con rodajas de naranja y limón. En una bandeja a parte las papas o batatas y los nabos con un poco del mojo del vino de ajos bien caliente en el fondo.

## **Buñuelos de Ensueño**

**Julieta Salas de Carbonell**

¡APÚRENSE, que van a llegar tarde!

Era la nana quien nos despertaba en una fría mañana de domingo en la casa vieja de Los Chorros. La causa de su apuro era que no quería que fuéramos a llegar tarde a misa de 8 en la capillita de las Siervas de Santísimo.

Todo el alboroto era debido a que el primo Mariano había avisado la noche anterior que vendría a almorzar.

Hacía poco tiempo que nos habíamos mudado a la Villa María, la casa que el abuelo Julio había construido en Los Chorros para temperar, y que abandonada por muchos años después de su muerte, mamá y papá habían reacondicionado con la bendición de Mamía, su dueña. María Ruiz de Salas, por quien la casa llevaba el nombre.

Paraíso para los niños. Un inmenso parque, bastante enmontado, altísimas matas de mango, de mamón y unas muy raquíticas de naranja. Escaleras de caracol, grandes cisternas de agua para recoger la lluvia, y la maravilla: un sótano oscuro y misterioso, lleno de muebles y peroles viejos, guarida de murciélagos que gozábamos espantando.

Y el primo llegaría a la una. La nana tenía que correr para ayudar a mamá en la preparación del almuerzo. El primo Mariano Picón Salas recién regresado de uno de sus viajes, quería, así lo había exigido, que mamá le hiciera los deliciosos buñuelos de viento, que él llamaba buñuelos de ensueño.

Y llegó el primo, y no vino solo. Con él llegaron una multitud de muchachitos que se bajaron de un gran autobús y se pusieron a correr como locos por todo el parque. Nada menos que los Niños Cantores de México, de gira por Venezuela, que venían de cantar en el Teatro Municipal. A Dios gracias que papá, conociendo de antemano las multitudes que siempre rodeaban al primo Mariano había encargado cuatro inmensas paellas que llegaron justo a tiempo. Así que mamá y la nana sólo tuvieron que hacer los buñuelos en cantidades industriales que el primo y los muchachos gozaron comiendo.

## **Buñuelos de viento**

- ½ litro de agua
- 150 gramos de harina todo uso
- 2 yemas de huevo
- 50 gramos de mantequilla
- una pizca de sal
- azúcar al gusto

Hervir el agua con la sal, el azúcar y la mantequilla. Agregar la harina de una sola vez, batiendo enérgicamente para que no forme grumos. Cuando enfríe un poco, añadir las yemas de huevo y continuar batiendo. Luego se pone a calentar aceite en un caldero, sin dejarlo ahumar, y se van echando cucharaditas de la pasta. Cuando los buñuelos abomben y doren, se sacan y se ponen a desengrasar sobre papel absorbente.

Espolvorear con azúcar impalpable o rociarlos con almíbar suave antes de servir. Comerlos calientes.

## **Recetas anecdóticas**

### **Cristel Lusverti**

Para mí es un poco difícil ofrecer una receta de cocina, pues ese arte nunca llamó mi atención, a pesar de que en mi casa paterna se comía exquisito, ya que entre los platos de mi abuela materna y mi madre el menú siempre era muy variado y riquíiiiiisimo.

Ocurrió que en la época que debía iniciarme en esas lides, mi madre no me permitía entrar en la cocina, pues decía que mi responsabilidad era estudiar en el colegio (primaria, secundaria...) y en el conservatorio (piano). Así que, aparte de deleitarme y degustar los variados platos, como niña “obediente”, ni se me ocurría interesarme por la forma en que los preparaban.

De repente, me interesó aprender algunos postres, por supuesto empleando el recetario, el cual venía de los antepasados de mi abuela. De esa forma se hizo famoso mi quesillo como algo exquisito, receta que compartiré con Uds. más adelante.

Como se imaginarán llegué al matrimonio sin saber ni freír un huevo, además, aunque nací en Caracas, vivía en Buenos Aires porque me casé con un argentino y no tenía a quién recurrir. Tuve la fortuna de que mi marido sí se aplicaba un poco a la cocina, por haber vivido solo mucho tiempo. Y así entre lo que él sabía y lo que decía su madre y su tía materna, paulatinamente aprendí a defenderme, sólo que como viví en Argentina, y mi nueva familia era de ascendencia italiana, asumí como menú y sazón para mi casa, hasta hoy día, la cocina italo-argentina. De ese aprendizaje compartiré las Milanesas a la

Napolitana, uno de los platos preferidos de mi hogar, en especial de mi hijo, quien es una persona que disfruta el comer. Cuando pasa cierto tiempo que no se las preparo, siempre las reclama con frases como: “Mami, hace mucho que no comemos milanesas a la napolitana”. Además, es un gusto cocinar para él porque todo lo encuentra rico, aunque la verdad esas milanesas son deliciosas...

## **El Quesillo de mi bisabuela**

### **Ingredientes:**

1 lata de leche condensada, 1 ½ taza de azúcar, 8 huevos, 2 tazas de leche, 2 cucharadas de postre de esencia de vainilla y 2 cucharadas de postre de ron, brandy o whisky (lo que más les guste).

### **Para el caramelo:**

1 taza de azúcar y un poquito de agua.

### **Preparación:**

Primero hacer el caramelo en una quesillera para que esté frío al momento de colocarle la mezcla.

Batir la leche condensada con el azúcar hasta que se disuelva bien, agregarle los huevos uno a uno, después la leche, esencia de vainilla y el licor que hayan seleccionado. Colocar esta mezcla en la quesillera. Llevar a horno de 350° en baño de María durante dos horas. Luego dejar que enfríe para posteriormente llevarlo a la nevera. Desmoldar antes de servir.

Es preferible prepararlo un día para que al momento de degustarlo esté bien frío. ¡A disfrutarlo!

## **Milanesas a la napolitana**

### **Ingredientes:**

Cantidad de milanesas de carne que deseen preparar sin grasa y bien delgaditas (ganso, pulpa negra, chocozuela o la carne que más les guste que al cortarla bien delgadita no se rompa), 1 lata grande o pequeña de tomates en lata (depende de la cantidad de milanesas), 2 ó 3 huevos, pan rallado cantidad necesaria, sal, ajo y perejil cantidades necesarias, aceite para freír, jamón cocido en rebanadas finas suficiente como para cubrir la fuente y queso *mozzarella* en rebanadas (un poco más gruesas que las del jamón), también en cantidad suficiente.

Opcional: 1 cubito de carne y albahaca.

### **Preparación:**

Salar las milanesas y marinarlas en los huevos con el ajo y el perejil bien picaditos, preferiblemente dos o tres horas antes de servir.

Calentar aceite suficiente y freír las milanesas pasadas previamente por pan rallado. Colocarlas sobre papel absorbente.

Con el tomate en latas hacer una salsita de tomates liviana. Yo licuo el tomate, lo sazonó con un cubito de carne y albahaca, y seguidamente lo llevo a un pequeño hervor.

En una fuente para horno colocar la salsa de tomates (reservar un poco), luego las milanesas, arriba las lonjas de jamón de manera que las

milanesas queden totalmente cubiertas, más arriba las de *mozzarella* y por último bañar con la salsa que se reservó.

Llevarlo a horno moderado hasta que la *mozzarella* derrita y se dore por arriba (similar a una pizza).

Servir acompañadas de papas en cualquiera de sus preparaciones (puré, fritas o hervidas) y de una ensalada verde sencilla.

Como podrán darse cuenta esta receta es menos prolija que la del quesillo, pues la aprendí mirando y no con la receta por delante. Pero espero que haya quedado comprensible y lo más importante, que les guste y se las pidan como lo hace mi hijo...

## **Tortas fritas para días de lluvia**

**Leticia Marius**

En estos días de lluvia, en los que Caracas se pone particularmente nostálgica, recuerdo el dulce sabor de las tortas fritas de mi madre.

Tengo pocos recuerdos de los primeros años de mi infancia en Uruguay pero el invierno es algo que marca. Además del viento helado, el frío y la fina lluvia, recuerdo los caracoles subiendo por las ventanas de la sala, el aroma a pasto mojado, olor a mate (que sólo tomaban los adultos), pero lo que quedó en mi memoria son las tortas fritas de mi madre.

En Venezuela no tenemos ese infierno frío que hay en Uruguay, sin embargo, cada tarde de lluvia corríamos a la cocina a pedirle a mi madre sus tortas fritas... en muchos casos descubríamos con asombro que mamá ya las estaba preparando.

## **Receta de las Tortas Fritas Uruguayas**

### **Ingredientes:**

4 tazas de harina (sin leudante).

4 cucharaditas de levadura (Levadura en pasta).

5 cucharaditas de sal

4 cucharadas de grasa vacuna o de cerdo (En Venezuela mi madre también usaba mantequilla).

1 taza de agua

1 taza de leche

### **Preparación:**

En un recipiente grande se tamizan juntas la harina, la levadura y la sal, se le agrega las cucharadas de grasa y se mezcla con la harina, con un tenedor integrando todo, para que quede una mezcla homogénea. Luego se le agrega paulatinamente los líquidos y, ahora, a mano, se mezcla y amasa todo, hasta que quede una masa muy suave. Se deja reposar unos 5 minutos, tapada con un paño ligeramente humedecido. Luego se cortan pequeños trozos, que deben estirarse del tamaño y forma de un plato de postre y de alrededor de 1/2 cm de espesor. La estirada puede hacerse a mano o con rodillo. Una vez obtenidas las tortas estiradas del tamaño de un plato de postre y de 1/2 cm de espesor, se les hace un huequito en el centro y se pinchan un poco con el tenedor y se fríen en

abundante grasa de vaca o de cerdo (1 kg. aproximadamente), derretida al fuego en una cacerola o en aceite. Se introducen las tortas y dejan que se doren por un lado y luego se les da la vuelta.

Se sacan de la grasa, se colocan sobre papel absorbente y se le puede espolvorear azúcar por encima. Hay quienes las untan con dulce de leche. Se comen calientes, con mate, con café con leche, con chocolate, con té.

En mi casa las hacían gorditas pero a mí siempre me gustaron delgaditas y grandes como las hacía mi abuelita paterna. Así que me esperaba al final para que me hicieran una “especial”, como decía mi mamá.

Variante de la receta:

**Ingredientes:**

1 Kg. de Harina con Levadura (Leudante).

1Kg. de grasa (Manteca de cerdo).

2 cucharadas de sal gruesa.

1/2 litro de agua.

2 huevos.

## **Elaboración:**

Poner a calentar el agua, agregar la sal gruesa y una cucharada de grasa. Cuidado de no hervir el agua, sólo calentarla. Luego se le agrega el agua ya con la sal y la grasa a la harina poco a poco y se agregan los dos huevos. Se amasa bien durante 10 min hasta que la masa despida aire. Es recomendable golpear la masa varias veces contra el mesón. Quedará una masa suave y no dura. Se deja reposar una hora antes de preparar las tortitas.

Una vez reposada la masa se cortan bolitas del tamaño de una pelota de tenis. Cada bolita se aplasta y estira hasta tener  $\frac{1}{2}$  centímetro de grosor pero conservando su circularidad. Se le hace un pequeño huequito en el medio y se pincha toda la masa con un tenedor.

Se calienta grasa o aceite bien caliente y se fríen. Al sacarlas del freidor se colocan en un papel absorbente.

## **Las empanadas de Anita “la catira”, mi mamá**

### **Franklin Manrique González**

Al recibir la invitación para participar en este proyecto llegaron a mi mente, y a mi paladar, las mismas sensaciones que me acompañaron durante mi infancia y juventud: se me hizo agua la boca y mi memoria retrocedió, como una película, para llevarme a esa vieja casa de bahareque, en la avenida Badaracco Bermúdez, número 39, de mi recordada Cumaná. Allí fuimos a vivir por circunstancias de la vida.

Las empanadas de mi mamá fueron, en principio, la alternativa para salir de una difícil situación económica y, paulatinamente, se fueron convirtiendo en un miembro más de la familia por algo más de 15 años. En una suerte de compromiso cooperativo, todos participábamos en la elaboración de tan deliciosos manjares: unos preparaban la masa mezclando la harina de la marca “PAN” con harina de trigo, sal y azúcar; todo se hacía según la opinión de la experta, Ana Felicia González, mi mamá. Todo esto se hacía siempre dentro de un recipiente exclusivo: un tobo plástico con tapa, de la marca “Manaplás” que al igual que los otros implementos como el caldero, tabla y pañitos, eran únicamente empleados en la elaboración de esos pasteles.

En la empresa familiar participábamos en la preparación de unos deliciosos guisos de carne molida, cazón y, en algunas ocasiones, otros elaborados con un pescado llamado raya. Estas carnes se condimentaban de un día para otro para que se impregnaran de buen gusto. Muy de

madrugada se cocinaban a fuego lento para, luego de enfriar, ser el relleno de las succulentas empanadas.

Con el tiempo, y por sugerencia de los clientes, también se sumaron nuevos rellenos para las empanadas, como carne mechada y pollo, para cuya confección mi mamá siempre seleccionaba las mejores pechugas.

Detalle curioso es que en nuestra casa casi nunca se empleó el comedor porque para mis hermanos y para mí no había nada mejor que comerse esas empanadas sentados en las escaleras que conducían a la cocina. Por cierto que junto a ese lugar se hallaba la vieja tinaja de la abuela Teresa, que siempre tenía agua fresca, porque para entonces adquirir un filtro era un gran lujo. En consecuencia, las jarras se llenaban con el agua de la tinaja que, invariablemente, se mantenía tapada con un plato de peltre sobre el cual reposaba un pocillo, utensilio reservado para sacar el refrescante líquido.

Las empanadas de la catira eran como un “boom”, porque eran deliciosas y económicas: inicialmente la unidad se vendía en Bs.0,25 (un medio de la época) y, posteriormente, a Bs. 0,50 (o un real). Las empanadas tenían muy buen tamaño, eran grandes y con una sola de ellas un comensal podía desayunar. Estas se vendían en la famosa bodega de los señores Rafael e Isabel Ortega, los compadres de mi mamá. Al hacerse tan famosas estas empanadas también eran adquiridas en la gobernación del estado, el Ministerio del Trabajo y, cosa graciosa, también en la cárcel.

Respecto a la masa debo precisar que era muy suave y delgada y, como la empanada tenía buen tamaño, admitía abundante relleno. Una vez bien sellada, con pericia y paciencia, una a una, se iban depositando en un sartén o caldero muy plano, con aceite vegetal que sólo se empleaba para las empanadas. Para freírlas siempre se usó un reverbero que funcionaba con gasoil o gasolina blanca. Recuerdo que también nos tocó aprender cómo hacer el repuesto de la empacadura del reverbero con cuero marrón o con tripa de caucho cuando éste ya no funcionaba, a fin de bombear suficiente combustible para que la llama aumentara.

Entre los preparativos era muy importante tener dispuestos unos pañitos rectangulares y exclusivos para la preparación de las empanadas; también precisábamos de la poncherita con agua para sumergirlos y humedecerlos, otra únicamente para el agua que siempre debía estar limpia. Igualmente había esmero en dar a la masa su punto de amasado y de sabor, uno de los más importantes secretos, los guisos listos y el queso bien rayado. Todo en un ambiente de trabajo y pulcritud.

¡Qué tiempos aquellos en los que mis hermanos y yo nos turnábamos para levantarnos de madrugada, dependiendo de qué labor te correspondía: voltear las empanadas, contarlas o llevarlas a la bodega para ser vendidas!

¡Qué tiempos aquellos, de la gente asomada a la puerta de la casa, que siempre permanecía abierta, y gritando: “Catira, ¿hay empanadas?”!,

la respuesta llegaba desde el final del pasillo, donde estaba ubicada la cocina: “¡Ya van saliendo!”.

¡Qué tiempos aquellos de mis pasos apresurados al salir del liceo para llegar a la casa y comerme mi empanada! así como lo leen: “mi empanada”! Evoco un pastel muy especial, porque su relleno incluía de todo un poco. Por supuesto, la comía sentado en la escalera donde al sabor estupendo del alimento se unía el calor único del amor familiar y de la forma tan especial como mi madre Anita, la catira, infundía gusto, pulcritud, dedicación y el amor espléndido con el que una madre trabaja para sus hijos.

Debo precisar que aunque han transcurrido los años aún revivimos, cada vez que Dios y la vida nos permiten reencontrarnos, esas peticiones características del tiempo de la niñez: “Mamá, hoy queremos para cenar tus empanaditas”.

## **Receta de las empanadas de Anita, la catira**

### **Ingredientes:**

(Para 20 empanadas) 1 kg. de harina de maíz PAN, 1 taza de harina de trigo, ½ taza de azúcar. 1 cucharita de sal, agua suficiente.

### **Guiso elaborado con:**

2 kg. de cazón ó 1 kg. de carne molida (pulpa negra molida 3 veces) o carne mechada ó ½ kg. de queso para rallar o 4 Pechugas de pollo.

Ají dulce (indispensables para el cazón), pimentón, cebolla, ajo. Aceite vegetal de primera calidad que al freír no hace espuma.

### **Utensilios:**

Ponchera para amasar. Envase con tapa para mezclar la harina. Sartén especial (tipo caldero, bajito, grande y pesado). Pañitos rectangulares de algodón o popelina blanca para extender la masa. Tabla de madera para apoyar la extensión de la masa. Tenedor de mango largo. Colador y plato para escurrir las empanadas y, en nuestro caso, un reverbero.

## **Torta Madre Buena**

### **Edgar Ferreira Arévalo**

Tal vez la infancia tenga el aroma de una torta recién horneada. Tal vez valga la pena que uno, ya adulto – y algo más sabio pero también más difícil – retroceda varias décadas hasta esa tierra de nunca jamás. Porque esa etapa de la vida se queda prendada a nosotros, con la tenacidad de un hábito, y alimenta y determina, en gran medida, aquello que habremos de ser. Es posible entonces que uno se vea tomado por mil recuerdos, que habitan una memoria mucho más rica y abarrotada de lo que creíamos.

Como las tardes en la Santa Mónica de los años sesenta e inicios de los setenta, cuando Caracas era aún un valle feliz y lo ignoraba. Eran tardes inmersas en la coral estridente de las chicharras, en la convocatoria destemplada de la “marchantica” del heladero que se perdía entre el sosiego de las calles, en los gritos de las caimaneras en los estacionamientos, donde cada participante juraba ser el próximo Luis Aparicio. A eso de las cuatro terminaba mis tareas escolares – en aquel entonces se estudiaba en el turno matutino – y me decía: “¿Ahora qué hago?”. Para la noche faltaba aún mucho tiempo y para el día siguiente un millón de años. Era entonces cuando escuchaba mi nombre, desde algún lugar indeterminado, una dimensión paralela, y era un afortunado conjuro que salvaba mi tarde: “¡Edgar!”. Corría atolondrado hacia el balcón y buscaba agradecido el origen de aquella voz. Veía entonces a Juan Carlos o a Héctor – o mejor, a ambos – en la acera, diminutos y libres, haciendo

bocina con las manos: “¡Bajaaaa!”. Volaba entonces hacia la cocina, donde era recibido por el aroma celestial de la torta que recién había horneado mamá. La veía colocar la bandeja ardiente sobre la mesa azul de pantry, y podía detallar la soberbia torre de dos pisos, divinamente divididos por un generoso paréntesis de leche condensada. Si el Cielo que me inculcaban en las clases de catecismo era real, debía parecerse a eso. Como siempre, yo hacía dos preguntas en el mismo orden, que eran respondidas de invariable manera: “¿Puedo salir a jugar un ratico con los muchachos?” y “¿Puedo comer un poquito de torta?”. Las conocidas respuestas: “Sí. Puedes salir. Regresa antes de las cinco y media. Te portas bien” y “La torta está muy caliente. Mejor te comes tu pedazo en la cena”. Cumplido el formalismo – que casi cuarenta años después agradezco, pues eran parte de mi educación – me fugaba veloz del apartamento. Por supuesto, bajaba por las escaleras, pues esperar la llegada del ascensor significaba perder minutos de aventuras y descubrimientos. Cuando se es niño, la calle es comarca de sorpresas sin término. Por fin llegaba a la planta baja, donde esperaban mis amigos, profundamente aburridos. Yo los saludaba y ellos, como establecía la etiqueta, no respondían; era nuestra manera de ser varones. “¿Y qué hacen?”, insistía yo. “Nada”, contestaba al fin Héctor, como esperando de mi parte un arsenal de propuestas divertidas y arriesgadas, que horrorizarían a nuestros padres si se enteraran. En todo caso, era mejor aburrirse con mis amigos en la calle que solo y en casa.

Así nos dábamos a la tarea – o la falta de ésta – de deambular por la urbanización. Juan Carlos refería peripecias a todas luces inciertas y

Héctor refrendaba las historias con su eterna expresión de “tú a mí no me engañas”. Yo permanecía neutral, la Suiza del trío; sabía que era lo mejor. Una que otra vez nos lanzábamos una pelota de goma – P.V.P. Bs. 0,50 – con desgano durante algunos minutos. Recuerdo que en un mes de septiembre intentamos echar al vuelo un papagayo de colores hecho por mí – el creativo de la banda – que terminó enredado para siempre en lo alto de un poste de luz. Por fin, cuando nos agotábamos de no hacer nada, hartos los unos de los otros, nos despedíamos con un gesto de hostil camaradería, y cada uno seguía hacia su hogar. Hay maneras muy extrañas de quererse.

Apenas abría la puerta de casa, era recibido por el aroma. Era un olor ajeno al mundo, total, sin escapatoria, que entraba sin pedir permiso y desataba una divina ansiedad, postergada desde dos horas antes. El apartamento entero no era otra cosa que una torta en su punto perfecto. “Báñate primero y después comes”, sentenciaba mamá, al leer en mis ojos – como aún lo hace – mis más secretas intenciones. Me daba un baño rápido, por cumplir más con ella que conmigo, soñando con hincar el primer mordisco a la maravilla fragante.

Y por fin llegaba el mejor momento del día: sentarme ante el televisor en blanco y negro, con un hambre feliz, a degustar un flamante sándwich de queso y mermelada – no existe combinación mejor –, coronado con un vaso de leche y la porción de torta que aguardaba ingrávida sobre una servilleta. Cabe destacar que, en algunas ocasiones, sándwich, leche y torta llegaban cortejados por la travesura de un dulce

de ciruela de huesito, que mamá guardaba como un as bajo la manga. La música del serial televisivo de “El Zorro” acompañaba a aquel momento, clásica banda sonora de los atardeceres caraqueños. Y entonces era la gloria. Aquellos manjares adictivos e inimitables, de dulzor preciso y casero, eran la mejor manera de terminar otro día más en una ciudad que, verdaderamente, fue la sucursal del Cielo. Tal vez aún pueda volver a serlo. Sólo falta una receta adecuada.

### **Receta de la torta**

#### **Ingredientes:**

- Tres tazas de harina de trigo leudante
- Dos tazas de azúcar
- Dos panelas de margarina o mantequilla
- Cinco huevos
- Una taza de leche
- Dos cucharaditas de esencia de vainilla
- Dos cajas pequeñas de pasitas
- Una lata de leche condensada

**Procedimiento:**

Para el arequipe:

Hervir por espacio de una hora la lata de leche condensada en una olla tapada. Dejar enfriar, destapar y reservar este arequipe, que será usado como relleno.

Para el bizcocho:

Batir o cremar la mantequilla o margarina por diez minutos aproximadamente. Luego agregar el azúcar en dos partes. Agregar la harina y la leche de manera alternada, junto con la harina y las pasitas. Añadir los huevos completos, uno por uno.

Pasar la mezcla a un molde previamente enmantequillado y enharinado, y llevar al horno a 250 grados durante una hora. Dejar enfriar y desmoldar el bizcocho.

Con mucho cuidado, cortar el bizcocho de manera transversal y proceder a rellenarlo con el arequipe previamente elaborado.

## **Receta del dulce de ciruela de huesito**

Esta receta describe un dulce criollo típico de los llanos venezolanos, específicamente del estado Guárico, tal y como lo preparaba mi bisabuela, a quien llamaban cariñosamente Carmen Querida y quien vivía en Altagracia de Orituco. La receta sigue lo que la memoria gastronómica de mi madre, Betty, recuerda.

### **Ingredientes:**

- Dos kilos de ciruelas de huesito, que deben estar pintonas y carnosas.
- Medio kilo de azúcar
- Una cucharadita de esencia de vainilla
- Un litro de agua

### **Procedimiento:**

Lavar muy bien las ciruelas y cortar una pequeña porción de la fruta, que se separe junto con la rama. Ponerlas a hervir en el litro de agua por veinte minutos o hasta que ablanden. No desechar esta agua.

Una vez reposadas extraerles la semilla (o huesito) exprimiéndolas de manera que quede la cáscara. Las semillas se lavan en la misma agua en las que fueron sancochadas, de tal manera que queda un jugo espeso.

Este jugo se lleva a la hornilla junto con el azúcar, la esencia de vainilla y las cáscaras. Una vez que el preparado hierve, se baja el fuego hasta que el dulce alcance el punto deseado.

Puede comerse solo. Para mayor disfrute, acompáñese de un arroz con leche.

### **Receta para 6 personas**

#### **Ingredientes:**

- Pechuga de pollo
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- Ají amarillo molido
- 1 rebanada de pan
- 1 taza de caldo de pollo
- ½ taza de leche evaporada
- 100 gr de queso parmesano
- ½ taza de aceite vegetal
- ¼ taza de aceite de oliva
- 3 huevos duros
- Sal y pimienta

## **Preparación:**

En un caldo de pollo sancochar las pechugas y sin dejar que se lleguen a ablandar, dejarlas enfriar y luego desmecharlas.

Remojar la rebanada de pan en la leche y batirla. Picar la cebolla en cuadraditos y poner a dorarlas. Machacar el ajo y añadirlo al sofrito. Añadir unas 5 cucharadas de ají amarillo molido. Seguidamente agregar el pan mojado y licuado, agregar un punto de sal y pimienta.

Cuando se comience a secar hay que ir añadiéndole cucharones de caldo de pollo y un poco de aceite de oliva y remover constantemente. Luego cuando esté espeso, como una salsa, echarle el pollo desmenuzado y el queso parmesano. Remover bien y si se espesa mucho se le añade más caldo de pollo. Luego hay que dejar cocinar hasta cuando suba el aceite a la superficie.

Mientras, poner a hervir los huevos, cuando ya estén duros y a temperatura ambiente pelarlos y picarlos en rodajas.

Para servir, echar las arepas asadas, abrir por la mitad, agregar una hoja de lechuguita, si se desea y agregar de relleno el ají de gallina y poner en la arepa que sobresalga una rodaja de huevo.

Poner en el plato y ¡buen provecho!

## **El mar**

### **Lucero Tamayo**

Los recuerdos de la niñez están llenos de tantas cosas bellas: la fuerza del sol en nuestro litoral, la brisa de la playa, las sardinitas que quedaban detenidas al bajar la marea y que atrapábamos con tobos para llevárselas a los patos de la casa, que nadaban en un estanque. Vivimos por dos años cerca del mar, ya que el médico lo había recomendado para la salud de papá. Alquilamos una casa en Catia La Mar, litoral central de Venezuela, mi amado país, donde transcurrió una parte de mi infancia, rodeada del amor solícito de mis padres

Mamá preparaba el sancocho de pescado y desde la mañana temprano comenzaba la fiesta, pues íbamos al puerto de La Guaira. Los embarcaderos de madera llenos de barcas blancas, aún me parece escuchar el ruido del mar en sus costados, los pescadores con sus neveras repletas de peces, la algarabía de la gente comprando y negociando con ellos. Para el sancocho se adquiría un pargo grande. Venían los amigos desde Caracas y nos reuníamos los fines de semana. Era una fiesta, pues nos sentábamos en la terraza de la casa en unas mesas largas y compartíamos todos; fue característica de mi familia la hospitalidad y calidez humana, propia además de la familia venezolana.

Comparto que mis papás, Eduardo Tamayo, andino, y Josefina Salomón, nacida en Siria, se conocieron en Santa Teresa del Tuy, población del estado Miranda. Mi padre era ingeniero civil y se

encontraba allá, elaborando unos planos. Mi madre era y sigue siendo preciosa, de una sonrisa especial. Muy criolla, aunque oriunda de Siria, de donde vino con sus padres muy pequeñita. Ambos formaron un hogar en el que nacimos y crecimos las tres hijas: Mis hermanas, Josefina y Lupita y yo, Lucero. Próximo al núcleo familiar siempre estuvo el tío Oscar, un hermano de mamá que vivía con nosotros y que volaba los papagayos haciéndonos deleitar. Recuerdo en especial uno brasileño, bellissimo, y otro con forma similar a un águila de muchos colores, que compramos en uno de nuestros viajes.

De las costumbres gastronómicas, debo precisar, en mi hogar siempre han convivido los platos criollos con los árabes.

Por vivir en el campo, mamá conoció los sancochos hechos en lata y piedras a orillas de los ríos, que se cocinaban con leña. Ella preparaba el sancocho con dos hermanas venidas de Bejuma que trabajaban en casa y eran como de la familia, muy queridas por nosotros.

Todas las mañanas de los fines de semana y vacaciones, llegaba al hogar el pintoresco negrito Chito, quien nos traía unas arepas recién hechas, en una cesta con su pañito blanco, y luego se quedaba a jugar con nosotros y nos contaba y nos leía cuentos. La mamá de Chito preparaba las arepas en leña. Su casa estaba al pie de la colina donde estaba la casa de la playa, en un sector de Catia La Mar llamado “La Zorra”. Bajando la colina había también una pequeña Iglesia donde íbamos a misa los domingos.

Ahora, con el paso de los años, cuando preparo en mi casa nuestro criollísimo sancocho, mi mente se va a mi niñez, etapa feliz que ha sido el cimiento de mi vida, llena de esos gratos recuerdos por lo que siempre doy gracias a Dios. Papá nos enseñó que mientras más grande y sabio es un hombre, más sencillo es. Así fue nuestra crianza, donde la sencillez, la calidad humana y la convivencia afectiva fueron lo más importante, y así lo son hoy en día para mí. Este ha sido el mayor legado que he transmitido a mis hijas y, ahora, a mis nietas.

Quiero compartir con los lectores dos recetas: el famoso sancocho de mi madre y el *kibbe* según me lo enseñó mi abuelo, quien vino de Siria.

## **Receta del sancocho de pescado (para ocho personas)**

Un pargo, corvina o róbalo de dos Kg. picado en ruedas gruesas. Calcular una rueda por persona. La cabeza por la mitad, bien limpio sin escamas ni agallas. Una cabeza de ajo machacada con una cucharadita de sal. Tres cebollas picadas en trozos pequeños. Seis ajíes dulces no picantes, picados en trozos pequeños. Un paquete pequeño de cilantro fresco. El jugo de tres limones grandes. Yuca, ocumo, ñame y papa, unos dos kilos en total. Dos plátanos verdes. Una taza pequeña de aceite de oliva.

### **Elaboración:**

Se lava muy bien el pescado, se escurre bien y se adoba con el ajo y el limón. Se deja macerar un poco mientras se pelan las verduras, teniendo cuidado de que no tenga escamas el pescado.

Se coloca al fuego una olla grande con doce tazas de agua. Al hervir se le colocan las verduras cortadas en tozos medianos y los plátanos verdes en ruedas, junto a la cebolla y el ají dulce. Se hierve todo por media hora y al comenzar a ablandar se agrega el pescado, colocándolo sobre las verduras. Se hierve por veinte minutos junto con el cilantro y se verifica la sazón. Se le puede agregar un poco más de limón, según el gusto.

Se sirve acompañado de arepas y ensalada de aguacate.

## **Un brazo de gitano de fiesta**

### **Carmencita Zamora de Fonseca**

Quiero compartir unos recuerdos de mi infancia en Villa de Cura, alrededor de la mesa familiar. Cada día 28 de enero, fecha en que mi padre cumplía años, se celebraba con un gran almuerzo. Mi tío Narciso, el Dr. Enrique Álvarez y Don Rafael Hernández, quienes gozaban de gran estima en nuestra familia, eran los primeros invitados en los eventos especiales.

Yo comenzaba a observar a mi abuelita y a mi mamá, quienes con días de anticipación iniciaban los preparativos para ese gran día, escogían el menú que usualmente era, sancocho de gallina o brazo gitano de carne de res y cerdo molidos, siendo el último el de mi preferencia.

Recuerdo que el menú se iniciaba con un primer plato consistente en una crema de remolacha en cuya realización se empleaba vino tinto. El postre consistía en unas crepes rellenas con dulce de piña, servidos calientitas o también podía ser una sencilla y riquísima chipolata de ciruelas pasas.

Del ceibó sacaban la vajilla de porcelana blanca con filo azul, los cubiertos de plata, las jarras y copas de cristal y el mantel de hilo irlandés bordado en color crudo, almidonado como un papel y con el que se vestía la mesa en las grandes fiestas.

Todos nos sentábamos alrededor de la mesa elegantemente puesta para la ocasión. Yo me sentía como si estuviera en el cielo y mi abuelita, ayudada por la señora de servicio, se encargaba de ir y venir trayendo humantes y deliciosos platos. Mi padre se regocijaba de felicidad. A continuación comparto con los lectores una receta.

## Brazo Gitano de mi abuelita

- ¼ de kilo aprox. de carne de cerdo molida
- ¼ de kilo aprox. de carne de res molida
- ¼ de kilo aprox. de jamón crudo molido
- Alcaparras picaditas
- Aceitunas rellenas
- Pasitas
- Huevos duros
- Pimentones morrones

Elaborar un sofrito con un cebollín, un ajo porro, una cebolla, todo cortadito menudo y vino, sal y pimienta. Añadir al mismo las carnes y preparar un guiso que no quede muy jugoso. Apartar.

Preparar una masa con harina de trigo no leudante, huevo, mantequilla, sal, azúcar y un poquito de agua. Se deja reposar. Se extiende a lo largo dejando ½ cm. De espesor. Se extiende el guiso y se adorna con pimentón morrón, las aceitunas, alcaparras y los huevos duros enteros.

La masa debe colocarse sobre un lienzo y se enrolla como un brazo gitano. Se amarra y se unta con aceite para evitar que la masa se pegue al lienzo.

Aparte tenemos agua hirviendo en olla suficientemente grande. Se mete la preparación en la olla, a la que se ha añadido sal. Se lleva al fuego por dos horas.

Una vez transcurrido ese tiempo se saca y deja reposar hasta que esté completamente frío. Se coloca sobre una bandeja y se baña con una buena salsa preparada.

## **“Asopao” de madreperla**

**Purita Martínez de Figueredo**

Nací en la isla de Margarita, en un pueblo llamado Punta de Piedras. Quiero comentar algunos recuerdos de mi niñez y cómo estos se enlazan con las recetas que compartiré posteriormente. Cuando niña, escuchaba a las abuelas decir “¡Vamos a la playa que llegó Goyo Natalio!”. Éste era un pescador que todos los días pescaba y vendía sus productos a la gente del pueblo. Su mercancía tenía mucha demanda porque era el mejor pescado. También recuerdo que llegaba del campo la señora Chalía, quien me tenía mucho cariño. Vendía entre otros productos, ajíes dulces, huevos criollos y tierra abonada para las matas. Visitaba con frecuencia mi casa porque mi mamá era la jefa del correo del pueblo. No había repartidor y, en consecuencia, Chalía y otra señora llamada Ursulina le hacían el favor a mi mamá de repartirle la correspondencia por el pueblo y sus alrededores.

Uno de los recuerdos más hermosos que guarda mi memoria era cuando mi abuela salía tempranito por la mañana, porque llegaba el tren de levar. Así se conocía un gran barco que venía cargado de pesca. Ese día mi abuela, Inés María de Marcano, preparaba el asopao de madre perla que a continuación comparto con ustedes:

## **“Asopao” de Madre Perla o Tripa ‘e Perla de mi abuelita**

### **Ingredientes:**

- 1 Kg. De madre perlas limpias
- 2 cebollas medianas cortadas pequeñitas
- 1 cabeza de ajo machacado
- 8 ajíes dulces cortados pequeñitos
- 1 cda. De pasta de tomate
- ½ taza de aceite onotado
- 2 ½ tazas de arroz
- 7 a 8 tazas de agua
- Sal y pimienta al gusto
- 2 cucharadas de perejil picadito para adornar.

### **Preparación:**

En un caldero colocar el aceite onotado. Calentar un poco y agregarle la cebolla, ajíes, ajo, pasta de tomate. Sofreír un poco. Luego colarlos y reservarlos. Aparte, en una olla se coloca el aceite y se sofríen cebolla, ají, ajo, sal y pimienta. Se agrega el papelón o el azúcar mezclar luego los frijoles y dejar que se integren los sabores. Cocinar de 15 a 20 minutos.

**Pescado salado seco (1/2kilo):**

Remojar el pescado para sacar un poco la sal. Cambiar el agua y hervir 10 a 15 minutos aproximadamente. Enjuagar el pescado y mecharlo un poco. Saltearlo en poca grasa más cebolla y ajo. Rectificar la sazón de pimienta y sal.

Se sirve acompañado por los frijoles, las tajadas de plátano frito y arepas.

## **Una hallaca caraqueña**

**María Isbelia Morales P. de Tomodo**

Quiero escribir la receta del guiso de las hallacas de mi mamá: Yolanda Josefina Pérez Matos, caraqueña, nacida en 1927, maestra de profesión (de las de antes, cariñosa, con impecable letra y mejor ortografía, preocupadísima por sus muchachitos) y también excelente cocinera. Creo que heredó su rica sazón de mis dos tías bisabuelas, Juanita y Petra, quienes no sólo cocinaban con mucho amor, como cuentan los mayores de mi familia, sino a quienes todos conocían con los apodos de Lalala y Madrina.

La manera de preparar este guiso la conocemos todos, es lo mismo, pero este, pero este es el guiso de nuestra familia, por eso quiero compartirlo.

Para mí no era nada divertido hacer hallacas, teníamos que hacer todo, todo!! Y yo me hacía la loca y me escondía, no me gustaba. A veces limpiaba las hojas y luego me tocaba extender la masa.

Mis hermanos Carola y Ery sí estaban listos siempre para ayudar a mi mamá, y de seguro la pasaban bien sabroso, pero no yo, no me gustaba, sólo aparecía a la hora de comérmelas. Allí sí, estaba bien sentada, ¡lista para comer!

## **Guiso para las hallacas:**

### **Ingredientes:**

- ½ kilo de carne de res
- ½ kilo de cochino sin hueso
- 1 pollo
- Tocino (ó 1 paquete de tocineta)
- 100 gramos de jamón serrano
- 1 frasco pequeño de aceitunas sin semilla.
- 1 frasco pequeño de alcaparras
- Un puño de pasitas
- ½ kilo de cebollas
- 2 tomates grandes
- 2 pimentones
- 1 cabeza de ajo
- 5 cebollines
- 2 ajoporros
- 1 manojo de perejil
- Cubitos al gusto.
- Salsa Inglesa/vino tinto.

**Para adornar:**

- Aritos de cebolla
- Pasitas
- Aceitunas
- Tiras de pimentón rojo
- Un trocito pequeño de tocino por hallaca
- Una almendra

¡Ah! Detalle importante: mi mamá no tenía medidas para las sazones, la salsa inglesa, los cubitos, el vino, etc., todo era “a sazón por cierto”. ¡Eran las mejores hallacas de Caracas!

## **Polenta**

### **Elizabeth Albornoz de García**

Mi tía y madrina Amelia González de Noguera se desempeñaba muy bien en la cocina. Su mamá le había dado todos sus conocimientos y recetas culinarias.

Amelia lograba un sabor especial a sus sopas, el plato favorito de su esposo. Inventaba siempre, y así lograba mantener satisfechos a sus seres queridos.

Una de las comidas más celebradas era la polenta. Ella se sentía feliz al servirla porque sabía que todos disfrutábamos de ese plato.

### **La polenta de mi madrina Amelia**

(Para 8 personas, aproximadamente)

Amasamos con agua cuatro tazas de harina de maíz. Cuando tienen consistencia de arepa, le añadimos poco a poco 2 ó 3 tazas de leche para que quede aguadito, como si fuera la consistencia de una mezcla para torta. Añadimos 6 huevos completos, 6 cucharadas de mantequilla y 6 de azúcar.

Es importante agregar un poquito de sal, aunque la masa de polenta es dulzona, pero no mucho.

Nota: Esta polenta tuvo diversas versiones porque mis hermanas y sobrinas de Amelia la modificaron. Mi hermana Gladys le rallaba y agregaba jojoto y mi hermana Irma le ponía un toquecito de nuez moscada.

**El guiso:**

Preparar un guiso con un pollo grande, vino tinto, tomate y cebolla licuados, pasas, alcaparras. Igual que si fuera para hallacas, pero de pollo.

Una vez listo y reposado, colocamos en un molde refractario, rectangular, una capa de masa, el relleno y luego lo cubrimos con otra capa de masa. Va al horno sin tapar hasta dorar. Es importante chequear la temperatura del horno, que es lo que hace variable el tiempo de cocción.

## **Torta criolla de plátanos de Rosario.**

(Suegra de mi hermana Gladys Albornoz de García)

Freír 6 plátanos maduros en suficiente aceite caliente. Luego se escurren en papel absorbente. Raspar  $\frac{1}{2}$  kilo de papelón y rallar  $\frac{1}{4}$  de kilo de queso llanero (duro y con sal).

Preparar dos tazas de leche y batirla bien con 2 huevos completos y  $\frac{1}{2}$  taza harina de trigo. Formar una crema. Colocar ordenado en molde rectangular (así se parte mejor). Es decir, si primero se pone una capa de plátanos en forma vertical, luego se añaden papelón y queso suficientes, la siguiente capa de plátanos va en posición horizontal y así se alternan a lo largo y a lo ancho. Al final se baña con la preparación de leche, huevos y harina.

Va al horno a fuego moderado hasta completar la cocción.

## **Mi tía vieja**

### **Marilena Mestas**

El pasado domingo mi hermano Alberto, abogado, submarinista y maestro panadero, me atrapó con esta pregunta: “¿Tú recuerdas el olor que se apreciaba desde el pasillo cuando llegábamos a la casa de mi tía Ángela?”. Inmediatamente mi memoria me condujo a uno de los más emblemáticos aromas de nuestra infancia. Abrí mucho los ojos y contesté afirmativamente con la cabeza. A un tiempo, respondí: “¡Por supuesto!; todavía conservo esos aromas en el olfato”. Y cómo no acordarme, si muchos de los almuerzos dominicales de la niñez transcurrieron alrededor de la mesa de mi *tía vieja*, como se hacía llamar nuestra tía materna, Ángela Pérez Pacheco de Pessina. “¡Llegaron los niñitos!”, decía sin gritar, con voz delicada y tono entusiasta. “Aquí está su tía vieja”, nos llamaba, en medio de perfumes a queso parmesano recién rallado y a la salsa abundante de un asado que aprendió a confeccionar según las instrucciones de su mamá, y que ésta, a su vez, asimiló de algún otro antepasado.

Pero no todo quedaba ahí: los niñitos, Marielena, Víctor, mi otro hermano, el músico, y Alberto, tres auténticos monstruos en miniatura, éramos atendidos por nuestros primos mayores, siempre considerados como tíos, por las diferencias de edad: Coromoto, abogado y quien cada

diciembre era pieza fundamental a la hora de elaborar el Nacimiento, y Mariella, médico y fiel aficionada a los *monstricos*.

Parte de la rutina de cada domingo consistía en que una vez allí reunidos, llegaba tío Juan, el tío-abuelo esposo de mi tía Ángela. Era sastre de oficio, trabajaba con mucho arte y además era su condición permanente ser amable, por lo que permanecía sonreído y animoso. De él recuerdo en especial su buen humor. Además, cual novio eterno, generalmente entraba a la casa con una bolsita blanca de la que salían unas estupendas toronjas en conserva abrigantada que a mi tía vieja le fascinaban. Justo antes de ir a sentarnos a la mesa, era infalible escucharle decir: “¿ya se lavaron las manos? Los niñitos tienen que lavarse las manos”.

Una vez cumplida la tarea, nos ubicábamos alrededor de la larga mesa de robusta madera oscura, que quizá no era tan extensa pero a mí, desde mis cuatro o cinco años, sí me lo parecía. Servían el primer plato: espaguetis aderezados con abundante salsa resultante de una larguísima cocción a fuego medio de la pieza de asado con aliños como cebollas y muchísimos tomates. A continuación, llegaba el segundo plato, consistente en delgadas rebanadas de la carne jugosa y una ensalada de lechuga y rábanos que, por supuesto, los más pequeños nunca comimos.

En este instante, hasta mi memoria arriba otro recuerdo: a un lado del comedor se apreciaba una sobria vitrina que invitaba a soñar porque

guardaba maravillas de porcelana que, por supuesto, jamás podían tocarse. Rememoro especialmente un juego de tazas decoradas con un dragón en relieve. Creo que estaban pintadas de color gris mate, o tal vez marrón, y tenían suaves detalles en rosa pálido y azul muy tenue. Por cierto que hace pocos días, mi prima Mariella me anunció que aún quedaban dos piezas en la misma vitrina que ahora pertenecía a mi tío Coromoto. Por fortuna, sé que iré a la casa del tío prontamente, pues se anuncia un cercano reencuentro de primos, excusa oportuna para volver a admirar aquellas tazas. Debo confesar que, aún cuando han pasado casi 40 años de lo que ahora relato, cada vez que recorro alguna tienda de antigüedades observo detenidamente las piezas menudas anhelando que unas tazas como aquellas se encuentran con mis ojos.

Prosigo con el almuerzo; porque todo no quedaba en lo ya mencionado. Siempre se escuchaba a mi tía vieja decir “Juan, busca la malta. Los niñitos deben tomar malta”, y tío Juan, siempre atento, se apuraba a servirnos una a cada pequeño. Más tarde traían, en un tazón grande, de loza blanca, una encarnada gelatina que no era de marca comercial, sino de la llamada gelatina de hoja. Como gran toque particular, recuerdo que cuando mi tía Ángela la estaba elaborando, solía añadirle dos o tres gotas de vainilla, detalle que no era fortuito, pues se lo había enseñado su madre, mi bisabuela María.

Pero no crean que todo culminaba con el postre. Evidentemente, se colaba un café cuyo olor sólo he vuelto a percibir, y disfrutar, cuando

estoy en algún pueblo del interior en el que se cultiva el cafeto. Imposible saber la marca comercial; no vale la pena. Sólo basta con recordar los rostros satisfechos de mi mamá y de Mariella al saborear aquel elixir impecable, sin añadidos terribles como, por lo general, hoy hacen las casas comerciales.

Ya para culminar esta vuelta a los perfumes de la infancia, sorprendo a Alberto con una inquietud: “¿Recuerdas que al terminar de comer el asado tomabas un trocito de pan y procedías a *limpiar* tu plato? ¿No te acuerdas que, al terminar de comer, tú y tío Juan iban a la cocina y hacían lo mismo, cada uno con su pedacito de miga y dejaban impecable aquel gran caldero?”. Y entonces, más que sus labios, son sus ojos los que sonrían con picardía. Y otra vez volvemos a reconectarnos con ese ayer, delicioso, de aquellos domingos cuando los niñitos llegaban a almorzar casa de su tía vieja.

Marielena Mestas Pérez

(A mi mamá, mi tía Ángela y tío Juan, con una nostalgia que por fortuna no pasa, pero que ya duele menos).

En Aguaviva, 12 de diciembre, 2005

PD: Anoche, conversando con mi prima Mariella, conocí algunos detalles para la obtención de la salsa. Son los siguientes:

Necesitamos una pieza de carne, preferiblemente muchacho cuadrado o pulpa negra, pero también puede ser muchacho redondo. La carne se sella en un buen caldero, con suficiente aceite caliente. Una vez lista, se retira del fuego y se rebana finamente. En el mismo aceite se carameliza abundante cebolla que ya tenemos previamente picadita. A esto se añade, oportunamente, una salsa que se ha elaborado con suficientes tomates, yo supongo que al menos 1 kilo y medio, previamente pelados y sin las semillas. También se puede agregar con un poco de pasta de tomate. Añadimos la sal y un poco de ajo y se inicia el proceso de cocción revolviendo constantemente, y con mucha paciencia, para que se vaya formando la salsa. Debemos trabajar con paleta de madera, igual que si estuviéramos haciendo una jalea. Se cocina hasta ver el fondo del caldero y, si fuera necesario, cada cierto tiempo se va añadiendo agua caliente en poca cantidad.

Esta receta es centenaria. Me informó Mariella que su mamá, mi tía abuela Ángela, la aprendió de su suegra, Francisca de Pessina, a quien yo no conocí, pero de quien recuerdo que todos en la familia llamaban con afecto “Mamá Panchita”.

## **Entre el sancocho dominical y los dulces de la Semana Santa**

**Francia Ledezma González de Ramírez**

Por mi formación, soy chef, siempre he tenido muy presente algo que signó mi niñez y adolescencia: las deliciosas comidas de mamá. Su nombre era Ana Felicia González Pérez de Ledezma y nació en Caracas en el año 1917.

En la cocina del hogar de mi niñez se iniciaron el amor y el gusto de guisar que tanto disfruto. Pese a que mamá siempre decía que no le gustaban las labores propias de la cocina, todo lo elaboraba de forma exquisita. Era una comida sencilla, pero muy sabrosa. Esos sabores y aromas de las reuniones de cada domingo familiar han venido a mi memoria y hasta he podido evocarlos en mi paladar y en mi olfato.

Somos 10 hermanos y los mayores acudían con sus familias respectivas. Así que a la hora del almuerzo estábamos congregados, al menos, 20 personas de edades muy diversas. Degustábamos la tradicional sopa o hervido de gallina que muchas veces se elaboraba con una gallina que recién se había seleccionado y comprado viva, en el mercado libre. El animal era sacrificado por un vecino porque mi madre no se atrevía a cometer aquel acto que calificaba de espantoso.

Además del hervido, mamá preparaba un asado para el cual empleaba una pieza de muchacho redondo. La cocción se llevaba a cabo en un caldero de hierro, de buena calidad, pesado. Uno de los acompañantes de este asado era un arroz blanco aderezado con un trozo de cebolla, otro de pimentón, un ají dulce y un diente de ajo triturado. El otro infaltable contorno era una ensalada en cuya elaboración se empleaban rebanas de papas y remolachas, ordenadas en capas, y a las que al final les colocaban cebollas en aros delgados para que sirvieran de adorno.

Otros platos deliciosos que salían de la cocina de mamá: el mondongo infaltable cada 5 de julio, día del cumpleaños de mi papá, las caraotas negras, las mejores que he degustado en mi vida!, la sopa de rabo, las berenjenas rellenas y el pollo frito con tiras de pimentones y cebollas.

Si bien su preferencia era elaborar platos salados, recuerdo el tradicional dulce de lechosa que confeccionaba poniendo las tajadas de fruta al sol y al sereno 24 horas antes de la cocción.

También el majarete y el arroz con coco, infaltables cada Semana Santa. Cuando se aproximaban estas fechas, mi padre Juan Francisco iba al mercado libre y seleccionaba unos cocos de buen tamaño. Esto mismo hacían otros señores de las casas vecinas. Así se originó la tradición de “echar los cocos” que consistía en que una persona sostenía con firmeza un coco y otra se encargaba de golpear un segundo coco contra el

primero, intentando romperlo. El ganador no era otro que el que lograba tan fin.

Después de “echar los cocos” las señoras amas de casa procedían a sacar la pulpa, a limpiarla que quedara blanquísima, desechando con cuidado la cáscara marrón. Mi mamá y mi tía Matilde ponían gran esmero en estos preparativos que, además, debían estar listos, a más tardar, el Miércoles Santo ya que estaba prohibido barrer, cocinar, escuchar música o haber bulla los días jueves, viernes y sábado. Los días de la Semana Mayor eran para la reflexión, la oración y asistencia a los templos para cumplir con los oficios religiosos.

También se dejaban preparadas con antelación las comidas saladas que eran elaboradas con pescado, por supuesto.

Comparto con ustedes dos recetas:

## **Hervido de gallina de Ana Felicia, mi mamá**

Comprar una gallina hermosa. Lavarla muy bien y cortarla en trozos. Cocinar en suficiente agua junto a una zanahoria bien lavada, pelada y entera, una cebolla cortada en cuatro, un ajo porro, de 4 a 6 ajíes dulces de buena calidad, 4 ó 5 dientes de ajo triturados con su concha y una cucharadita de sal.

Cuando la gallina esté casi blanda, se sacan las presas y el caldo se cuele y devuelve a la olla. Se incorporan las verduras picadas en trozos grandes (papas, ocumo, ñame, apio y yuca suficientes). Se dejan cocinar hasta ablandar y luego se rectifica la sazón de sal.

Cuando ya va a estar, se añaden 3 ó 4 dientes de ajo triturados y un manojito de yerbabuena fresca, lavada.

Se baja del fuego y se deja reposar antes de servir.

## **Arroz con coco**

### **Ingredientes:**

3 tazas de agua caliente para sacar la leche del coco, un coco de tamaño normal o dos pequeños; 1 ½ taza de arroz (de buena calidad, buen grano, que no sea parboiled), otras 3 tazas de agua; 1 astilla de canela (raja); una pizca de sal (equivale a 1/8 de cucharadita), 1 ½ taza de azúcar, canela en polvo al gusto.

### **Preparación:**

Partir el coco y limpiarlo muy bien (debe quedar sólo la parte blanca, sin nada de concha, muy limpio), licuarlo con las 3 tazas de agua caliente hasta que esté bien triturado. Pasarlo por colador fino, reservar esta leche cuya cantidad debe ser, como mínimo, 2 tazas.

Montar al fuego en olla adecuada las otras tres tazas de agua y la astilla de canela. Cuando hierva, agregar la sal y el arroz. Cocinar a fuego medio bajo, removiendo constantemente hasta que ablande bien. Luego, agregar la leche del coco y el azúcar sin dejar de mover. Cocinar hasta que seque un poco la leche y termine de ablandar el grano. Debe quedar cremoso. Es importante tomar en cuenta que al enfriar el arroz se seca un poco. Es oportuno que al retirar del fuego observemos que queda algo caldoso.

Servir en dulcera y espolvorear con canela al gusto.

Este dulce acompañaba las comidas de la mesa de Semana Santa de mi familia y era emblemático de la Caracas de mi niñez y juventud. Tanto mi mamá como mi tía Matilde lo elaboraban. Sólo que no empleaban medidas fijas, sino que usaban “el ojo” como medida. Con este recuerdo rindo un sencillo homenaje a la memoria de mi madre y celebro que mi tía Matilde, cuya edad no revelo, aún sigue preparándolo para deleite del grupo familiar.

## **Torta de Catón**

### **Carmencita “La Nena” Feliciano**

Esta es la receta de la torta que elaboraba mi madre (Norbertina Hernández de Feliciano), cada vez que en nuestra familia se festejaba un cumpleaños y también para los bautizos, comuniones y navidades. para las fiestas de cumpleaños, bautizos, navidades, etc. Pero antes debo compartir la anécdota que da origen al curioso nombre: Cuando mi hijo Aulio Girón Feliciano estaba pequeño, bautizó a mi mamá con el apodo de “Catón”. Esto obedecía a que ella nos visitaba con frecuencia y solía llamar al niño “corazón”; Aúlio estaba pequeño y entendía “Catón”, por lo que empezó a llamarla así durante toda la vida.

Después todos los nietos repitieron el apelativo y también la llamaron Çatón.

Aunque mi madre falleció hace ya más de diez años, mi hija Veleda sigue elaborando la torta con la receta que heredó de su abuela. Hoy día es mi nieto Yando López Girón, quien la llama “la torta de Catón”,y le ofrece la receta a las personas que visitan su casa en días de fiesta, ocasión propicia para que mi hija elabore esta receta.

## La Torta de Catón

### Ingredientes:

- 5 tazas de harina (sin leudante) cernida
- 4 tazas de azúcar, preferiblemente pulverizada
- 3 panelitas de mantequilla o margarina
- 6 huevos
- 1 Lt de leche
- 1 pizca de sal
- 4 cucharaditas de polvo de hornear
- 2 ó 3 cucharadas de vainilla o ralladura de limón o naranja , al gusto.

### Preparación:

Batir la mantequilla hasta que tome un color claro, crema. Agregar el azúcar, si es gruesa colocar en la batidora para pulverizarla (tipo Nevazúcar). Batir junto con la mantequilla hasta que el azúcar esté impalpable.

Ir agregando los huevos uno por uno a la masa la batidora debe estar a velocidad media. Luego agregar la harina ya cernida y con los ingredientes secos incorporados (sal, polvo de hornear) poco a poco con

movimientos envolventes, con la cuchara de madera, dándole a un solo lado a medida que se le agrega un poco de leche poco a poco, no es necesario agregar toda la leche, depende de la suavidad de la crema, también del tamaño de los huevos.

Agregar la ralladura de limón o naranja al gusto o si prefiere agregar la vainilla. Además puede variar la torta agregándole pasitas o almendras, a las cuales hay que pasar por harina para que no se vayan al fondo del molde.

Precalear el horno a 350 grados. Enmantequillar un molde y colocar un poquito de harina, distribuirla por todo el molde, para que sea fácil desprender la torta. Hornear por 40 minutos, introducir un palito de madera para averiguar si la torta está debidamente lista o no. Nota: Al colocar la torta en la tortera llevarla al horno debidamente precalentado. Es importante no abrir la puerta del horno hasta que no hayan pasado por lo menos 30 minutos ya que se podría bajar o “pasmarse”.

Dejar enfriar para desmoldar la torta y luego saborearla.

¡BUEN PROVECHO!

## **SEGUNDA PARTE**

**Memorias sobre memorias, contra el olvido, añoranza. Imágenes presentes de vivencias pasadas entre montañas cordilleranas.**

**Niria Suárez (MUMCOA).**

**[www.saber.ula.ve/mumcoa/](http://www.saber.ula.ve/mumcoa/)**

## **Beto Pérez, “los sábados festejando el ciclismo y los domingos de olleta y mondongo”**

### **Barquisimeto. Estado Lara.**

Don Beto es un adorable abuelo caroreño que mantuvo durante 40 años sus fogones prendidos, todos los domingos para vender su famoso mondongo. Uno de mis recuerdos más nítidos tiene que ver con su afición al ciclismo. En las temporadas de competencia se reunían en su casa los ciclistas y les ofrecía una cena contundente para premiar el esfuerzo realizado.

Entonces viene a mi mente ese sabor tan particular del arroz que hacía su hija Alicia, al que le impregnaba una capa en la superficie de “cheez whiz” y una polvada de perejil muy pero muy finito. Eso acompañaba la carne mechada de Josefina, su mujer, quien se dejaba de tonterías y con un toque de licuadora, mechaba la carne previamente cocida. Josefina era la reina de la licuadora; allí preparaba la salsa para guisar esa carne y todavía tengo en mi memoria el olor a mezcla de cebollas, ajos, ajíes dulces y tomates. Creo que su secreto era el tipo de carne; la hacía con pulpa negra y el aceite con onoto que ponía casi al final.

## **Rosa Arroyo de Suárez. “Las cenas calientes cuando llueve”. El mojito de papa con huevos**

Rosa Arroyo de Suárez es mi mamá. Es inevitable, pero aún a mis 57 años, me persigue el mismo recuerdo: las tardes lluviosas. En esas tardes, Rosa miraba a su muchachera hambrienta con cara de espanto: qué les hago de comer con tan pocos recursos. Entonces inventaba obras maestras: un “mofongo” (picadillo) de plátano verde que estrujaba con mantequilla criolla, queso de año rayado (el único que conocíamos, amén de la ancestral cuajada de cabra de la abuela Dolores), y los restos de carne del almuerzo, que picaba bien chiquito y salteaba con ajo y cilantro macho, del que tenía sembrado en ollas de peltre en el patio. Eso sí, había que comerlo rápido tomando agua para no atorarse. O un arroz con leche y canela que acompañaba con pan piñita; yo no sé mis hermanos, pero yo disfrutaba mi taza caliente sentada el pollo de la ventana mirando la calle, aspirando el olor a tierra mojada, ese que aflora cuando la tierra está seca y de pronto le llega agua caída del cielo.

Pero mi cena preferida era el mojito de papa con huevos. Todavía a estas alturas (50 años después), no me ha confirmado las cantidades de los ingredientes pero he llegado a inferir que usaba un papa por persona, lavadas, peladas y picadas en dados. Las cocinaba en agua con sal, (aunque no medía la cantidad, un buen cálculo me indica dos veces el nivel de las papas), usaba una sartén honda; las dejaba que ablandaran, y cuando estaba a punto de secar, le añadía un sofrito de cebollín y cilantro, comino y ajo, unos 4 o 5 huevos batidos con tenedor, mezclaba un poco y

tapaba. Mientras iba y venía de la máquina de cocer, le repasaba la sal y ponía abundante queso rayado, volvía a tapar y en cinco minutos más nos llamaba a la mesa, siempre cambiándonos los nombres.

**Lexis Suárez de Pérez. “Los nietos cambian los menús, pero hay que hacer lo posible por mantener el gusto y tu sazón”. El arroz chino a lo casero”**

### **Estado Trujillo. Entre Trujillo y Pampanito**

La primera vez que comí este arroz, era también la primera vez que probaba comida china, por lo tanto, en mi memoria del gusto quedó grabado ese sabor que asumí como la genuina comida china. Cuando años después probé comida china, me quedé con la de mi hermana. Todo parte de un buen arroz blanco que prepara en agua hirviendo con una cabeza de cebolla, sal y aceite. El agua debe pasar dos veces el nivel del arroz. Cuando está a punto de secar le pone una tapa con respiradero. Por cierto que durante años, en mi época de dedicada y abnegada ama de casa diseñé una especie de gorro de liencillo para tapar el arroz ya a punto de secar.

Luego con mucho mimo se disponía a picar en juliana y en cantidades proporcionales: pimentón rojo y verde, ají dulce, cebolla, apio España, zanahoria, repollo, un poco de hinojo, brotes de soya, tallos de acelgas; dados de chuleta o jamón ahumada. Ya dispuesto todo comenzaba el salteado en aceite bien caliente por partes: primero el arroz, una vez retirado, la zanahoria, y así el resto de los ingredientes. Al final hacía una tortilla de huevos bien delgada; la rebanaba fino la mezclaba con el arroz; retocaba la sal y añadía salsa de soya. (Los tallos de acelgas y el repollo los pasaba por agua caliente). Este arroz fue un digno

plato en reuniones de amigos en el espacioso apartamento de Trujillo, con una magnífica vista a la sierra de Carmona, desde donde llegaban olores que se alternaban entre el café recién tostado y el melado de caña hirviendo.

**Eloína de Bracho. “Ya los ojos no dan, pero sigo con mis galletitas y los encurtidos de bicuye y de pepinos de monte”**

### **Carora-Estado Lara**

La paciencia de Eloína es admirable. Con un increíble cálculo mezcla mantequilla, azúcar morena, vainilla y ralladura de limón hasta obtener una crema; luego comienza a añadir harina con un poco de bicarbonato hasta que la crema lo permita; y amasa suavemente, corta pequeños trozos, los estira y va sacando con una tapa de refresco, las galletitas que lleva a una placa de horno por unos 4 o 6 minutos. Las deja enfriar y en luego envasa en bolsitas de celofán.

De allí pasa a hablarme de los encurtidos. El bicuye y el pepino de monte son dos frutos típicos del paisaje xerófilo caroreño. Contiene abundante agua y un sabor refrescante. En mi memoria aspiro el olor a vinagre blanco, aceite, cilantro, limón, cebolla, ají picante, clavos de olor y guayabitas; aquella tarde en que me mostraba su preparado envasado en frascos de mayonesa. Se trata de una extraordinaria vinagreta en la que sumerge bicuyes y pepinos por separado, previamente rebanado y reposado en agua caliente.

**La prima Reina, una reina preparando meroco: granizado de cotoperí (mamón macho).**

### **Carora-Estado Lara**

En temporadas de mamón, aparecían en mi casa de infancia, bolsas repletas de cotoperi, una especie de mamón pero más grande y dulce que mi padre había plantado en la finca Palma Rosa. La prima los sacaba de su concha, muy verde y gruesa; luego con un tenedor los iba golpeando en sentido envolvente a medida que le iba añadiendo leche y azúcar. Al final sacaba los “pepas”, tan famosamente peligrosas, y quedaba un batido que se convirtió años después en granizado cuando llegó la primera licuadora a la casa de la calle Guzmán Blanco.

**Ana Hilda Duque. “Un premio al buen rendimiento escolar”. Los huevitos en chupiro.**

### **El Cobre-Estado Táchira.**

Un sábado en la mañana, en la plaza de Cordero, aluciné deleitándome con el paisaje gastronómico y humano que tenía frente a mí. En las cuatro esquinas de la plaza se habían instalado bajo el sol brillante y el cielo azul de Cordero, sendos quioscos en los que se exhibían puercos enteros y morcillas, amén de otras increíbles preparaciones cargadas de sabor y consistencia: papas rellenas de guiso de carne y de pollo, pasteles andinos, envueltos de plátanos, croquetas de yuca rellenas con carne molida y batidos de frutas, siendo muy solicitado el de badea, una enorme fruta que no dice mucho por fuera pero al abrirla brinda un corazón gelatinoso de fresco olor y un color durazno. Pero los más pedidos son eran el masato, el aguamiel, la horchata y la chicha de arroz.

En medio de ese festival sabatino de delicias, mi amiga Hilda Duque, oriunda de El Cobre, quien me había llevado hasta Cordero, empezó a rememorar sus años de infancia en su tierra; y ante un comentario que le hice sobre la cultura del gusto que mostraban los tachirenses, recordó los huevitos en chupiro. Son huevos tibios a los que se les abre una entrada en la punta y se le introduce una mezcla preparada en mortero de sal en grano, hierbas frescas de la troja (cilantro, orégano, tomillo criollo, romero), y con un palito de naranja, esculpido para tal fin, comienza a removerse con delicadeza y tomándose en sorbos cortos para alargar el

placer de saborearlos. Estos se los preparaban a los niños que resultaban con buenas calificaciones en la escuela, no sólo como premio sino como forma de administrar vitaminas para la inteligencia.

## **Justina Paredes Vielma. “Por poquito no se perdió la tradición”. Los cabates, macarrones de hierrito y las telas**

### **Mérida-Estado.**

Cumpleaños, bienvenidas a recurrentes viajeros, sobrinos que llegan del exterior cansados del refinamiento europeo o de la dual comida estadounidense (dualidad que se debate entre una excelente ensalada Waldorf, una tarta de queso o una contundente clam chowder y la inefable comida rápida); son la excusa perfecta para que Justina Paredes mantenga viva la tradición de “la tita”.

Los cabates, las telas y los macarrones de hierrito se hacen con la misma pasta y cocción (en abundante caldo de tuétanos y hierbas), pero con formas diferentes. Los cabates tienen forma de ñoquis y se bañan con salsa de tomate con pollo desmenuzado, las telas se cortan en tiras anchas tipo fettuccine y la familia acostumbra a tomársela en el caldo de la cocción como entrada; otros prefieren degustarlos con su salsa. Los macarrones de hierrito son una versión del pappardelle, un poco más “gorditos”, a los que se le introduce un alambre de gancho de ropa y le queda un pequeño orificio en el medio. Las nuevas generaciones han sumado otras salsas: con carne, con tocineta, con champiñones, al pesto.

Pero lo que ha quedado en mi memoria es el placer que le produce a Justina no solo amasar, sino contar cada uno de los cabates; ha llegado a contar hasta 2.000. La masa básica es mezclar 8 huevos por cada kilo de harina todo uso y amasar, estirar y cortar según la forma deseada. En el

caso de los cabates, una vez cortados en pequeños trozos, les da un movimiento con el pulgar para darle forma de ñoqui. En la actualidad han optado por añadir una tercera parte de puré de papas para suavizar la masa.

## **Doña Isabel Dávila: El día de San Juan en familia. El curruchete.**

### **Mérida-Estado Mérida.**

Cada 24 de junio en la tarde se reúnen en el comedor de Doña Isabel Dávila, hermanos, sobrinos y primos a degustar el curruchete de la abuela. Ella recuerda que se trajo la receta del páramo merideño donde ejercía como enfermera en el antiguo hospital que allí existía en la década de los años 40. Es por tanto un dulce caliente y energético para enfrentar tan bajas temperaturas.

Con todo el gusto nos invita a su casa a verlo preparar, dice que no es lo mismo dar la receta que verla directamente y allí acudimos una tarde de lluvia que nos ha quedado en la memoria con olor a melcocha.

Los ingredientes que lleva este dulce están presentes todo el año en todas las despensas de las casas del páramo merideño. Se prepara con ½ panela, ½ kilo de queso ahumado y picado en trozos, pan salado (cinco panes franceses), 3 huevos, ½ litro de leche y 2 cucharadas de aguardiente.

Se hace un jarabe con la panela picada en trozos, luego se le añade el pan y luego el queso, se deja cocinar hasta que se consuma el líquido; luego se añade la leche y se tapa. Separar las claras de las yemas, se batan las claras, luego las yemas, se unen y incorporan al preparado de miel mezclando con suavidad. Al final el aguardiente y de una vez se apaga y se deja reposar. Se come caliente.

## **Andrés García: “en mi memoria lo que hay es un bourguignon”**

### **Mérida-Estado Mérida.**

La tarde que visité por primera vez a Andrés García advertí rápidamente que estaba frente a un cocinero. Tiene en su memoria no solo las recetas de su vida, sino los acontecimientos que le dieron origen. Apegado a los clásicos no dejó este legado: su bourguignon.

- 200 gramos de hongos
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 100 gramos de tocineta
- 200 gramos de cebolla picadita
- 2 ó 3 dientes de ajo
- 1 kilogramo de lomito en dados
- 1 y 1/2 cucharadita de sal
- 1/8 cucharadita de pimienta negra
- 1 botella de vino tinto
- 1 cucharadita de salsa inglesa
- 1 zanahoria cortada en ruedas

- 1 hoja de laurel
- 2 ó 3 ramitas de perejil
- 1 tallo de céleri picadito
- 2 cucharas de mantequilla
- 2 cucharadas de pasta de tomate

Sofreír la cebolla, ajo, céleri y tocineta en una cucharada de aceite, todo picadito.

Luego se añade el vino, zanahoria, pimienta, laurel y sal. Sumerja la carne y refrigere hasta el día siguiente.

Retire y escurra la carne, dore en un sartén con la otra cucharada de aceite, luego sofría los hongos y se une la preparación, se añade la salsa inglesa y la pasta de tomate. Se cocina hasta reducir el vino a la mitad. Finalmente debe quedar una salsa espesa, oscura y brillante.

## **Magali Burguera. El comedor de mis abuelos. Una rareza, el postre de los siete velos y el brazo gitano de papas de Doña Maura Sardi**

### **Mérida-Estado Mérida.**

Una de las mejores historias que me ha relatado y regalado mi amiga Magaly Burguera, se refiere a sus años de infancia y sobre todo a aquellas tardes de meriendas memorables en las que se degustaban verdaderas exquisiteces con productos europeos. Pero la más asombrosa es la de un postre que preparaba su madre: el postre de los siete velos. Se trata de un bizcocho cubierto por una crema de vainilla y frutas confitadas. Dicho así parece simple, pero su elaboración amerita destreza y paciencia. Doña Maura hacía tres o cuatro bizcochuelos delgados y esponjosos, preparados cada uno de ellos con tres claras de huevos batidas a punto de nieve, 100 gramos de azúcar refinada o pulverizada, 125 gramos de harina leudante, punto de bicarbonato, 50 gramos de mantequilla derretida, ralladura de limón. Se llevan al horno en un molde rectangular de poco fondo, enmantequillado y enharinado.

Aparte se prepara una natilla suave a base de una cucharada colmada de maizina por cada taza de leche, una de las yemas de huevo sobrantes, batidas con un punto de vainilla y ron; dos cucharadas de azúcar por cada taza de leche. En total se tendría que hacer un litro y medio (6 tazas) de crema para el postre.

Luego se reúnen los dulces secos: higos, naranja, toronja, bocadillo de plátano, bocadillo de guayaba, ciruelas pasas, membrillo. Se cortan en

láminas y se reservan para el relleno. Finalmente se disponen las capas: bizcocho, crema, confitura hasta terminar con crema y coco rallado. Enfriar y servir.

En cuanto a brazo gitano de papas horneadas. Se trataba de un enrollado frío hecho de un puré de suavizado con leche y mantequilla, aderezado con sal y pimienta. Se extiende el puré en una placa forrada con papel encerado. Se cubre con una capa delgada de mayonesa y sobre ésta se extienden capas de

Lechuga cortada fino, camarones hervidos, aguacate, espárragos hervidos. Se aderezan con una vinagreta a base de mostaza y vinagre de manzana (opcional). Se enrolla hasta formar un tubo que se refrigera por espacio de una hora antes de cortar en ruedas. Va bien acompañante, ensalada o una entrada.

## **Arleny Holmquist. Una cena de *Thanksgiving* cuyo menú crece con los años.**

Mi hermana Arleny vive en Clermont, Florida desde hace 20 años y he compartido su cena al menos en quince ocasiones, puedo hacer constar que cada año añade un nuevo plato o versión de los ya conocidos. Sin duda tiene una excelente sazón y le queda todo muy bien aunque la varíe constantemente, no lo puede evitar, cada plato es nuevo en sus manos aunque lo repita mil veces. Mi sobrina le pidió una vez como regalo que le hiciera un plato igual en su cumpleaños y ya cumplió los 15 y no lo ha realizado, pero su cocina sigue siendo entusiasta y festiva

### **Relleno de Pavo**

#### **Ingredientes:**

- Caldo de vegetales
- Salchichas kielbasa (polacas)
- 1 cebolla grande picada
- 2 zanahorias pequeñas
- 3 tallos de celery y parte de la hoja
- almendras picadas.

**Preparación:**

Sofreir todo picadito, luego antes de servir pan molido y humedecer con el caldo, mantequilla derretida y perejil picadito. Opcional: pasas o manzana.

**Batatas horneadas con pasas y marshma**

Se pican en rodajas no muy finas, se derrite la mantequilla y se la añade sal y ajo en polvo, pasas y pimienta recién molida.

**Salsas Opcionales**

Caldo con los cuellos del pavo, molleja y cebolla, dejar hervir, al hacerse la reducción se mezcle con la salsa que queda del pavo.

**Salsa de Grosellas**

Jugo de naranja, agua, azúcar morena,  $\frac{3}{4}$  tazas por paquete y pulpa, parte de la corteza de la naranja.

**Marinadas Opcionales**

Marinada del Pavo.

Jugo de naranja, sal sazónada, caldo de vegetales, mostaza (clásica).

**Vinagreta para pescado blanco**

Sirop de maíz, cebolla, vino blanco, vinagre blanca y sal.

## **Magally Burguera (Mérida-Venezuela)**

### **El jamón del abuelo**

Cuando se desea preparar jamones conviene elegir las carnes que no sean de cochino gordo ni viejo, porque no quedan sabrosos sino grasosos, y si son viejos resultan duros. Además no deben pesar más de 8 kilos.

Cuando se les deja el hueso se debe tener mucho más cuidado, porque al tocar el hueso con el cuchillo, aunque sea ligeramente, debe quemarse con un hierro al rojo la parte interesada, después, rellenar con salitre.

También puede hacerse sin el hueso, sacando éste con mucho cuidado, sin estropear la carne y sin abrirla. Después de todo esto, se cuele la carne en un sitio ventilado. Si no tiene hueco se envuelve en gasa; se baja dos veces al día, se le pasa un paño seco, apretando con suavidad, para sacar el líquido o saguaza; así se deja unas 24 horas. Si la temperatura es fría y libre de humedad puede permanecer más tiempo, hasta dos días.

Se prepara la siguiente mezcla:

- 22 ½ kilos de sal entera.
- ½ kilo de sal molida.
- 25 gramos de pimienta blanca recién molida.

- 25 gramos de salitre.
- 25 gramos de azúcar.

Por otra parte se prepara otra mezcla:

- 25 gramos de ramas de enebro.
- 5 gramos de orégano.
- 5 gramos de laurel.
- 5 gramos de salvia. Todo muy bien picado.

Teniendo siempre cuidado de no pinchar el hueso, se pincha el cuero con un cuchillo puntiagudo, para que la sal penetre bien. Se frota fuertemente con la sal así preparada. Al día siguiente, como ha despedido un poco de agua y de sangre, se limpia con trapo seco, se pone en el saladero, cubierto por todas partes con la sal y espolvoreando con las especias aromáticas. Se deja así, teniendo cuidado de voltear, de abajo para arriba de tanto en tanto, por espacio de un mes los jamones grandes, y de quince a veinte días los pequeños. Para saladero debe escogerse un recipiente poco profundo de cerámica. En caso de no tenerlo, puede substituirse por una batea de madera, desinfectándola previamente con agua hirviendo. Debe colocarse en un sitio fresco y oscuro.

Terminada la salazón se saca y seca con un trapo. Se envuelve en un trozo de liencillo o gasa hervida y se cuelga en un sitio seco y ventilado. Una vez

seco, se ahúma, si se quiere, agregando a la leña, laurel, enebro y romero, cuidando de que no se haga fuego, sino sólo humo. Si no, se deja sin ahumar.

## **Elena Paredes Dezeo, la sencillez y el difícil punto de una Delicada**

La delicada, de piña o naranja, es un manjar habitual en casa de Elena, lleva años haciéndola y nunca ha perdido el punto exacto de espesor y cocción, y eso, para muchos, es una proeza.

- 4 cucharadas de maicena
- 1 taza de jugo de piña o naranja,
- 1 taza de agua
- 12 cucharadas de azúcar.

Se hace un melado con el azúcar y el jugo, se cuece la maicena en el agua revolviendo constantemente, luego se unen el melado y la maicena y se vierte en una fuente o en dulceras individuales, se deja enfriar y se lleva a la nevera. (Nota: si se forman grumos puede licuar toda la mezcla después de cocida).

## **TERCERA PARTE**

### **Historia viva: como lo vi lo cuento**

**Magaly Burguera. Mérida. Edo Mérida-Venezuela**

**Entrevista: Deysi Godoy (MUMCOA) 05/10/2010**

*El 6 de abril de 1906 se casaron Alipio Burguera Dávila y Magdalena Dávila Uzcátegui; eran primos hermanos, aún cuando meses antes de su matrimonio no se conocían; Alipio vivía en Tovar y Magdalena en Mérida. Las madres de ambos concertaron el encuentro, y ya que Alipio era renuente a que le designaran esposa, invitaron a Magdalena a un paseo en Zea. Ella iba adelante, con las mujeres, montada a caballo y él se le acercó en el suyo a saludarla. Parece que se llevó la sorpresa de su vida, pues cuando su prima volteó, lo encandiló con una belleza inesperada. El compromiso comenzó y con la formalidad del mismo la construcción del futuro hogar. Esa casa y la Casa Caro, edificada en 1876, que conocí cuando ya era un hecho la crisis del café, las llamé Casas de Poesía. Presentaban la influencia de la arquitectura tropical por su apertura al medio ambiente, por los calados en la madera, el color azul substituyendo al blanco, pero también, elementos españoles. Tenían jardines, fuente, patios y huerta. La de Alipio y Magdalena tuvo habitación especial para el alumbramiento de los hijos, llamado de Las Rosas, pues el primer parto fue de gemelas. Después del acontecimiento, mi abuelo mandó llamar a Bailadores al maestro Encarnación y él armó bastidores y pintó lienzos de pared a pared y del piso al techo, con toda clase de rosas: desojadas, rosas en botón, rosadas y amarillas. Seguidamente nacieron allí, once*

*hijos, incluyendo dos partos de morochos. En los corredores pintó espejos, con sus marcos; desde lejos veíamos sus reflejos, al acercarnos a mirarnos desaparecía la ilusión. Tenía casa para los temblores, alacena, caja ascensor para subir los alimentos desde la cocina, oratorio y muchos cuartos más, donde los nietos nos introducíamos y sacábamos corotos de baúles y escaparates.*

*Recuerdo el comedor, en el segundo piso, entre dos corredores: el que daba al patio principal, con su fuente y el jardín, y otro interior, sobre un segundo patio para faenas domésticas y con vista a los potreros. En el segundo corredor vi varias veces a mi abuela, a quien llamábamos Mole Mole (Amor de mis Amores) sentada al lado de Antonia, mujer menuda, huesosa, soltera, de mucho carácter, especie de ama de llaves criolla; ambas cosiendo, zurciendo medias, bordando manteles y a la vez rezando. Antonia era realmente la mandamás de la casa.*

*El comedor consistía en una sala inmensa, o quizá no tan inmensa desde la visión distorsionada de un niño. Recuerdo varios muebles en ese comedor. Un secretaire, con infinidad de gavetitas, para guardar secretos en sus pasadizos internos; frascos de tinta y plumillas. Un ceibó, donde exponían los postres. Aquella ocasión a la que me refiero, habían dos para escoger: “La Paloma”, llamada así, porque recreaba esa ave, sobre un nido de membrillo y “Las Siete Telas” esta última, la receta característica de la familia, cuya tradición lleva, que yo sepa, siendo preparada por tres generaciones sucesivas. Es probable, que su origen venga de las monjas*

*Clarisas. Mole Mole viajaba a Mérida eventualmente a realizar ciertas compras, a una casa de familia en Belén, donde hacían bocadillos de limón, de guayaba, de higos, de coco, de toronja y a llevar bizcochitos dulces y salados.*

*La mesa de madera era redonda, inconmensurable. De cualquier puesto se veía el pilar por donde subía enroscándose sobre el tallo de sí mismo el jazmín real, cuyo ramaje se explayaba en el segundo piso en el corredor. Su aroma en las noches de luna llena era demasiado intenso.*

*Antonia agitaba la campana para llamar a la mesa. Al lado de mi abuelo se sentaba la abuela, seguían los hijos, en orden de edad, por el lado derecho; tocaban a mi abuelo entonces, por el izquierdo los miembros menores de la familia. Yo no alcanzaba la altura de la mesa, para lo cual había varias sillas de patas largas. Recuerdo lo sacrosanto de la acción de comer. De las gavetas correspondientes a los dieciséis puestos, los comensales tomaban el servilletero con la servilleta y servicio de cubiertos de plata, grabados con el respectivo nombre. De servilleteros me llamaba la atención el de la orquesta de ángeles, cada cual tocando su instrumento musical, y de objetos llamativos, los centros de mesa, de plata y cristal tallado con platones de mayor a menor, llenos de frutas. Nadie hablaba. Los adultos lo hacían únicamente en la sobremesa. No se podía dejar desperdicios, considerando la cantidad de hambrientos en el mundo. No recuerdo que repitieran porciones y tampoco gente golosa. Derramé un vaso de agua y sentí los ojos azules de mi abuela fijos en mí. El terror se*

*disipó cuando Antonia dijo: - no ha pasado nada- secando el exceso del líquido en el mantel.*

*¿Qué postre quieren? Preguntaba Antonia con su habitual brusquedad, Paloma de Teresa Duarte o torta de Los Siete Velos? Mi abuela inclinó la cabeza, ocultando el sonrojo violento de su tez. Mi abuelo no se dio por aludido. En las noches, después de cenar volvía a tocarse la campanilla. Una corta sobremesa precedía el rezo del santo rosario, que encabezaba Antonia con su voz tajante y gruesa.*

*“Si hay alguna sentencia contra mi o alguno de los míos, que sea: por el Santo Angel Gabriel anunciada, por la Santísima Virgen, detenida, y por el Espíritu Santo conmutada”. Esa oración y el cuadro con la imagen del papa Pío XII y la bendición “exclusiva” para nuestra familia, constituyeron durante toda mi vida, mi rincón de la seguridad.*

### **Tradición y modernidad: la influencia europea**

*Conservo el documento de herencia de mi tatarabuelo Jaime Burguera y veo en esa lista de herencia cosas que se imagina uno inmediatamente el ambiente sepia sin luz eléctrica, los pisos de tierra en las casas, la vida y la lucha por sobrevivir, dependientes de vacas, de caballos, de la caña de azúcar, de fabricar panelas y como estudia uno que esa casa casi no tenía elementos de lujo. Y el lujos podían ser un cintillo de oro, que tal vez lo guardarían con machísimo cuidado y los servicios de*

*cubiertos de plata, lo que quiere decir que esos antecesores eran de herencia española que le daban importancia a todo aquello que estuviera hecho con ese metal. Esa comparación de esa casa escueta con tres butacas, unas silletas de cuero, donde no figura ni siquiera una mesa de comedor, aunque tenían mesa, pero no de comedor, hablan de catres, aunque tenían tierras, estoy hablando del año 1866.*

*En ese momento, en Tovar no han llegado las siembras para la importación de café, mis familiares y antepasados si tenían tierras pero, aparentemente, según ese documento de herencia no son persona ricas, sino, simplemente tenían tierras y punto. Tierras que no sabían qué hacer con ellas, porque no se puede cultivar mas allá de las necesidades diarias, porque no tenía sentido producir más queso, producir más leche, porque a quien se le venden los quesos, a quien se les vende la leche, porque los bienes se consumen inmediatamente.*

*Total que aparece ya en el año 66, mi bisabuelo que es Elías Burguera, quien fue un hombre, pienso que, entre más lo estudio me parece un hombre genial, en el sentido que fue quien transformó la economía rústica de subsistencia y llevó a toda una región transformarse a una economía para la exportación.*

**¿Qué exportaban?**

*Exportaban café, empiezan por exportar café, pero también exportan cacao, tabaco y no sé que otras cosas, tendría que revisar otros documentos que tengo por ahí. Pero es un joven que a los 33 , 34 años ya es socio de las casas alemanas exportadoras de café, y él a los cuarenta y pico ya tiene su propia casa exportadora que es la Casa Burguera, fundada en el año 1881. Total que hago una comparación con esos muebles que había en aquella casa, en aquella casa escueta de la que estoy hablando en el año 1866 con los bienes que posteriormente veo yo cuando yo tenía 4 años, estamos hablando en el año 1944 y la mesa del comedor, era opulenta, pero sin ninguna pretensión de serlo, porque hay en esa familia mucha influencia de viejos cristianos, de cristianos viejos. Es decir, si como no se ven piezas espléndidas de plata como centros de mesa para poner de 3 y 4 pisos para poner las frutas donde cuelgan naranjas, uvas porque se cultivaba uvas en aquel momento, este en Tovar, o sea, era más frecuente verlas que ahora.*

***Todos esos implementos, todos esos utensilios que estaban en el comedor de tus abuelos, ¿de dónde fueron traídos?***

*Fueron importados, porque al haber contacto con Europa, al abrirse el comercio hacia el exterior, entonces hubo un intercambio de café por objetos traídos de Europa y traídos de Estados Unidos, de la China podría hacer una lista inmensa donde hay mantones de manila, hay pieles de zorro y sombreros de París. Tengo un retrato de mi abuela vestida con trajes de París del año 1904. La influencia de las casas es ya mediterránea,*

*cambian las casas, ahora son muy serias, muy rígidas desde la herencia española que son blancas pintadas de blanco con cal castellano y los horcones de madera sin pintar, al natural. Hay un cambio también en la arquitectura, o sea se refleja inmediatamente en todos los aspectos, ese un cambio del cual estoy hablando, el cambio de la economía de subsistencia a la economía de exportación. Y todos esos objetos, se exporta café y hay dinero para comprar objetos suntuarios una mesa de comedor inmensa redonda para más de 12 personas, para que todo mundo pudiera conversar, aunque no se podía conversar porque era muy sagrado el acto de comer. Y como ya hable de la influencia que tenía mi familia de cristianos viejos, entonces hay como una especie, una dualidad en esta familia en el sentido de que son cristianos viejos y son muy dados a no caer en tentaciones, a no excederse en la comidas, a pensar en el pobre y a mortificarse, mortificar su cuerpo. También hay, por esa abundancia de aquel momento hay entonces esos lujos, que en apariencia no son lujos porque no alardean de los mismos porque los ponen allí como si siempre hubieran estado allí.*

### **Hábleme del mobiliario**

*Hablo de vajillas de porcelana alemana pintadas a mano, objetos de plata muy bonitos*

**¿Quiénes heredaron esos objetos?**

*La familia, fue muy grande y se repartieron, a mi papa le hubiera tocado pero mi papa era varón y se acostumbra que esos objetos quedaban en manos de las hembras para que sigan en manos de la familia. Pero si se pueden ubicar todavía algunas de estas piezas, por ejemplo sé de una jarra de plata para el servicio de tizana, pero como era tan pesada la jarra y con la tizana más entonces tiene como una especie de columpio de la que cuelga y solamente con dos dedos se puede inclinar y servirse un vaso de esto... esa jara la recuerdo sobre el ceibó.*

**Cómo era el acto de los comensales en el comedor, quien se sentaba en el sitio principal de la mesa?**

*Mi abuelo se sentaba a la cabecera, el hijo mayor se sienta en frente, claro la mesa era redonda pero la cabecera era para mi abuelo, el frente para el hijo mayor, o sea a los pies de la mesa, a la derecha del jefe de la casa está la madre, al lado de la madre está el hijo segundo o la hija segunda y así sucesivamente se van llenando los puestos de manera que a la izquierda del jefe de la casa está el hijo menor.*

**¿Se seguía un protocolo en ese comedor?**

*Yo no lo veo como un protocolo, era más bien una costumbre, una costumbre porque a lo mejor no sabían porque lo hacían así, entonces que sucedía, se rezaba y se daban las gracias para sentarse a comer en la mesa por los elementos que estaban en la mesa que había para comer, y*

*después se daba otra vez las gracias por haber comido al finalizar de comer la comida era muy variada en sentido de que había una huerta en las casas, como costumbre española en aquellos solares había huerto, y yo recuerdo que mi abuela raía cestas de lechuga, lechuga criolla, yo no recuerdo si había zanahorias pero si, la verdad no recuerdo sino las frutas, y esa cesta llena de rábanos creo y pepinos. Recuerdo esa casa como hasta los 8 años, porque esa casa fue modificada después modificaron el piso de arriba, porque era toda de madera.*

### **Ésa era la casa de la abuela, y ¿cómo era la casa de su mamá?**

*En la casa de mamá hay otra influencia que es italiana, pero de parte de mi papá hay una clara herencia española muy concreta, en cambio la de mi mamá es como un ventarrón de aire fresco a esa familia porque de verdad eran muy estricto, veíamos a mi mama cantando, aprendiendo cosas, con maestros para bordar, maestros para aprender inglés en la casa, maestros de pintura, era toda un área de conocimiento. Total que mi mamá es un mujer distinta de otras generaciones, con otra actitud abierta al mundo,*

*Maura Sardi, es hija de italianos y nieta de italianos por el lado materno, de manera que esa descendencia se le nota en la forma de ser, en la alegría en la generosidad y la esplendidez que era muy diferente a la herencia española.*

## **Ahora, en su ambiente materno y paterno ¿cuáles eran los rituales en el comedor?**

*No había casi rituales, los niños no hablaban y se guardaban los mismos puestos en la mesa y se rezaba, pero era un rezo más corto, mi papa se quitaba el sombrero lo ponía en el seibó y decía: Viva la virgen.*

## **¿Cuál era el plato favorito que se preparaba?**

*A mí la comida no me gustaba, no me gustaba el arroz y la carne siempre tenía pellejos y a los niños no les gusta masticar, tienen pereza de hacerlo. La avena casi no me gustaba y me obligaban a tomarla. Mamá tuvo fama posteriormente, de gustarle la cocina, de buscar platos distintos, aunque yo nunca en mi casa comí pastas, siendo mamá de origen italiano, cuando yo descubrí la pasta sentí que había descubierto la cosa más divina del mundo, que por fin la comida podía ser sabrosa que era un placer comer. A los siete cuando yo estaba interna, el papá de una amiguita, Carmenza Valecillos nos saca y nos lleva para bailadores y comimos una pasta con salsa de tomate y descubro que el sabor puede ser bueno, ante el sabor de la carne con aquellas rebanadas de cebolla y de tomate con hojas de lechuga criolla por debajo y arroz blanco era muy monótono. Todo esto que estoy hablando tiene tres pasos, el paso de la casa escueta, el paso cuando hay mucha opulencia en la mesa y el paso donde otra vez se vuelve al antiguo vivir.*

**¿Qué personajes recuerdas tu hayan pasado por la mesa del comedor de su casa?**

*No recuerdo haber visto a Eleazar López Contreras, pero si he visto fotos de él sentado en una mesa en un desayuno o almorzado que le ofrecieron en Tovar y le dieron de comer Mute, que es una especie de plato como el mondongo que al parecer era el plato preferido de él.*

**Y ahora, en el comedor de su hogar de su familia de tus hijos, ¿qué nos puede decir?**

*Bueno, he pasado por tanto comedores, que yo ahora soy una mujer muy práctica muy minimalista no me gusta tener más objetos de los que caben en la mesa, ni tampoco presumo de etiqueta ni de ese tipo de cosas. En la casa de mi mamá mientras los hijos estuvieron si hubo ciertas normas de que vengan todos a sentarse a comer en el mismo momento, como una familia, donde todos niños y grandes y adultos se sientan en silencio y se come. Pero mi mamá como tuvo nueve hijos, tenía que estar papá presente para que hubiera cierta disciplina, sino se desbordaba la mesa hasta pleitos, por ejemplo mi hermano, apenas salía de la cocina una jarra con café con leche como para 12 personas, él se servía parado porque le gustaba con espuma imagínate ese chorro de café de la jarra a la taza, el mantel como se ponía, a otros les gustaba con 6 cucharadas de azúcar, o sea cambio muchísimo toda la tradición que se había vivido,*

*cuando ya éramos todos unos muchachos no hay casi normas pero si se seguían normas de educación y de urbanidad.*

**Isabel Villegas**

**San Antonio de los Altos. Edo Miranda- Venezuela**

**Entrevista: Niria Suárez. MUMCOA. 17/08/2010**

*Tengo en mi memoria los churros que nos hacía una tiabueta muy querida Luisa Elvira La Riva de Gerlein (1897-1965), nacida y criada en Pampan, estado Trujillo. De ella conservo un antiguo cuaderno de sus recetas y me sorprende cada vez que lo releo porque algún detalle nuevo consigo.*

### **Churros**

- 1 Taza de agua
- ½ barra de mantequilla
- ½ kilo de harina
- 2 huevos

### **Instrucciones:**

*Se une la mantequilla con el agua y se monta al fuego hasta que se derrita la mantequilla, luego se baja y se la agrega la harina y los huevos, se vuelve a montar al fuego, que quede como engrudo, se pone a calentar el aceite Diana y se fríen.*

## **Orangel Mulato**

**Piritu Estado. Anzoátegui-Venezuela**

**Entrevista: María Sara Briceño. Briceño. MUMCOA. 09/08/2006**

**Háblenos sobre la feria de la ciruela.**

*Soy de Capachal donde se elabora el dulce que son buscados de todas partes del país, son las ferias del Capachal, eso es aquí en el Municipio Piritu, queda a 15 minutos del pueblo de Piritu. Es un área rural donde se elabora y se celebra en mayo la feria de la ciruela que ya es internacional, a la que viene varios artistas de teatro. Se elaboran bastantes dulces, dulce de ciruela, como es la mazamorra, eso es buscado por todas las personas de Caracas, Valencia, Maracay y el quesillo de ciruela, sirve para hacer compotas, vino, ron, eso es un producto de Capachal eso no ha salido al mercado, ahora es el gobierno le va a poyar para hacer la planta de tratamiento y producir el producto que es lo que va a salir al mercado.*

**¿Cómo es la preparación de la mazamorra?**

*Hay que agarrar la ciruela pintona y se quita el cogollo, la despega, la pone a sancochar, para desprender la semilla que sale de la concha, sale completico.*

*2 kgs. De ciruela, 2 kgs, depende lo que quiera, esa concha va a salir completica y esa le echa la azúcar y eso queda una dulce especial.*

**¿Se prepara en fogón?**

*Se prepara un fogón de leña aquí en Capachal porque es área rural pero en candela es también igualitico.*

**Eso lo inicia el mismo alcalde, el mismo alcalde del municipio ¿Quién inicia la feria o el dulce de ciruela? ¿Es en honor a un Santo?**

*No, hace 15 años, eso hace una fiesta que celebran ellos, si, ahora no, eso ha crecido internacionalmente es una fiesta de familia y eso ha crecido ya... ha participado Pastor López, Reinaldo Armas, artistas nacionales. Eso se llena, son las mejores fiestas, se hace el 1° de mayo, la feria de la ciruela. Cada persona tiene su sazón a otros le quedan mejor que otros, todas las personas en Capachal saben cómo se prepara, yo por lo menos soy de ahí, y sé cómo se prepara el quesillo, la torta de ciruela, está el caramelo de ciruela que eso dura hasta cinco años, nadie sabe porque dura tanto, eso es natural del fruto, eso no lleva químicos, es la misma ciruela, sólo lleva ciruela y azúcar. Por lo menos para el quesillo*

*tiene que echarle huevo, no hay que echar ciruela, ni más, ni menos, porque sino se corta el quesillo, es algo especial,...esa feria es especial. La ciruela se vende para Caracas, ya es comercial, originario de este pueblo del Piritu, eso es todo el área de cultivo de la ciruela va desde Picapica hasta San Francisco que son como 20 pueblitos.*

*Ya inventaron el picante, el ron, el vino, incluso PDVSA ya hizo un evento en un hotel de Puerto la Cruz y compró fue como 7 millones Bs de dulce, a esa gente allá, eso a través del desarrollo endógeno, por eso que a través de esos dulces, PDVSA vio el interés de la gente que no tiene, ya el proyecto que van hacer al proyecto endógeno la planta procesadora acá en el Municipio.*

**Magaly Torres**

**Píritu. Edo Anzoátegui-Venezuela**

**Entrevista: María Sara Briceño Briceño. MUMCOA. 10/08/06**

**Hábleme sobre el cuajado.**

*Es con pescado, es como si estuvieras ensamblando un pasticho, lleva alcaparra, tajadas, lo hacemos más con pescado, nosotros competimos por primera vez yo quede entre los cinco. El aliño es como un guiso de empanada, nosotros lo preparamos con atún, el que hizo mi hermano y el que hizo yo, lo preparamos con atún, y después se va ensamblando en un envase que lleva tajada, papas, después lleva huevo batido, alrededor y por arriba, para que agarre consistencia, se cocina al horno, nosotros también le pusimos queso rallado, se prepara en Semana Santa, casi todo el mundo hace cuajado de pescado.*

**Rosa Maestre**

**Caicara de Maturín. Edo Monagas-Venezuela**

**María Sara Briceño Briceño Biriceño. MUMCOA. 11/08/06**

**Háblenos sobre el hervido de Guaraguaro.**

*Yo soy Rosa Maestre, Promotora Cultural de la Casa de la Cultura, también integrante del Grupo de teatro "Éxodo". Nuestro sancocho típico es el de "Guaraguaro", es un plato muy fácil de hacer porque es un pez que se agarra a la tarraya y muchos lo hacen con hipoclorito, ellos lo lanzan en la cueva y entonces sacan sus guaraguaro con puyas, tienen sus 12 o 15 perfecto para un sancocho; es un pez de agua dulce, cuidado si te vas a buscar guaraguaro en el mar, los guaraguaro se lavan, se secan, se limpia, no se le quita la escama, porque no tiene escamas, usa verduras blancas, no puedes inventar verduras de otro color porque la enchavas, tiene que ser ocumo, ñame, mapuey, topocho, yuca. El mapuey es como el ocumo, una verdura muy buena, luego se le pone bastante ajo, un poco de pimienta, porque si no lleva la pimienta, no va a tener el gustico, otra cosa lleva es, bastante ají verde, ají dulce. Se pone el agua con la verdura y aliños, cuando ya la verdura esta blanda se echa la guaraguaro, cuando la guaraguaro tenga el ojito blanco, ya tú dices jesta la sopa!. A esa sopa se le puede poner limón o te la comes como tú quieras, pero eso es un plato,*

*mira, que muchos la comen para repotenciar, para reproducir, es afrodisíaco, es el plato típico de nosotros los caicareños. Aquí otras personas ofrecen el chícharo, que se llama también quinchoncho, que es parecido al frijol, este se come en sopa, se pone a remojar para al otro día, para que ablande, y puede llevar toda clase de verduras, se pueden hacer guisadas, pero generalmente la hacemos en sopa y mira, el que es caicarareño y tiene mucho tiempo sin venir a Caicara tu le ofreces los platos de chícharo o de guaraguara se vuelve loco.*

*La guaraguara tiene sus espinitas, a muchos no les gusta, porque la concha es muy áspera que sí le rompe la encía, la lengua, aquí hay personas que se meten la guaraguara y ras... y sale la cascara.*

**Las personas que elaboran estos platos, ¿tienen algún secreto o sazón para su preparación?**

*Sí, creo que el secreto lo tienen aquí en Caicara, por ejemplo, se hace la exposición, este nosotros colocamos el fogón o sea que la sopa sea de leña, porque tiene mejor gusto y que sabe, y mira esta sopa es criollita, esta se hizo en leña.*

**“LA GUARAGUARA QUE COSA FEA  
QUITA LA PEA, Y SACA EL RATÓN”.**

**Gladys Bravo**

**Guayacán de las Flores. Carúpano. Edo Sucre-Venezuela**

**Entrevista: María Sara Briceño Briceño. MUMCOA. 12/08/06**

**Háblenos del chorizo carupanero.**

*El chorizo es la carne de cochino, molida, se condimenta con suficiente pimienta, ajo y sal, se hace cruda, se mezcla, entonces con tripa de cochino bien lavada van rellinando eso, la carne y la van amarrando con un hilo, el tamaño adecuado, la morcilla es la sangre del cochino, la sacan y la aliñan con cebollín, ajo y pimienta y cebolla. Eso es crudo, le meten la mano y lo baten y rellenan la tripa de cochino bien lavada, la rellenan y la amarra esa es la morcilla.*

**¿En qué época del año se preparan?** *Eso es en todo el tiempo en las parrillas.*

**Soreibys Caraballo**

**Guayacán de las Flores. Carúpano. Edo Sucre-Venezuela**

**Entrevista: María Sara Briceño Briceño. MUMCOA. 12/08/06.**

*La fama del chorizo carupanero es porque es diferente, está más condimentado, y generalmente por eso es famoso, el condimento de la morcilla y el chorizo es mejor que la de Margarita o Cumaná, eso es la sazón de quién lo hace eso lleva pimienta, ajo, aliño. Pero es aquí, la gente que lo condimenta tiene una sazón especial. Ejemplo el chorizo de Cumaná es como desabrido, el chorizo de Margarita no es tan suave como el de aquí, es como amargo.*

**Gladys Bravo**

*El de Cumaná es con carne de res y el de Carúpano es reconocido porque es de puro cochino.*

**Soreibys Caraballo**

*La feria del chorizo es en abril. Se hace también la feria de la empanada aquí en Carúpano y Río Caribe. La feria de la empanada se maneja en el estado Sucre. La semana pasada se hizo la feria de la*

*empanada y gano una empanada vegetariana, imagínese, pero aquí en Carúpano no se ve que la gente venda empanada vegetariana, entonces gano por su originalidad, hicieron de cazón, de, guacuco, de mejillón, y esa llevo de 2° lugar, y la que llevo de 3° lugar es preparado con todo eso, una mezcla de todo eso.*

**Mari Cruz Serrano**

**Guayacán de Carúpano. Edo Sucre-Venezuela**

**Entrevista: María Sara Briceño Briceño. MUMCOA. 15/08/06**

**Háblenos del hervido de Mero.**

*Los ingredientes son yuca, ocumo chino, auyama, ocumo blanco, cambur, el topocho, exactamente, lleva yuca también, se pelan todas las verduras, se pica en cuadritos, se lava, aparte se pone primero una olla con agua la picas cebollín, cilantro, puede ser el criollo; le pones ajo y la verdura picadita, y en otro recipiente se tiene ya pescado en ruedas sazonado o marinándolo con un toque de sal y limón, es de carne blanca y es muy sabroso; una vez que la verdura está floja, se añade el pescado. Una técnica para que el caldo no se ponga negro con los topochos, es cortarlos sejado, lavados con limón, y no le sacas el limón, deja el limón impregnado, cuando vayas a meter toda la verdura, este es una técnica para que el caldo no se te ponga negro. Y bueno, una vez que ya tienes la verdura ya floja, introduces el pescado, y el pescado se cocina rápido, y antes de apagar todo, finalmente le pone unas ramitas de cilantro o culantro criollo. Hay otros que le pones el chimbombo, no sé si conoces ese vegetal, que es una cosita verde, que es muy baboso, no sé si se da en Mérida, es bien rico, porque tú la sancochas, y es baboso y tiene bastante*

*peloticas, tiene un sabor y le da un sabor muy especial a los hervidos, le dicen el chimbombo o el quimbombó. Bueno y ahí tienes tu hervido bien, rico, le echas cebolla, ají, y si es el fogón mucho mejor y si lo sirves en totuma le da un toque muy especial.*

*Las caraotas es la misma técnicas, se pone a sancochar las caraotas, y le pican el aliño todo adentro, por ejemplo mi mamá, lo hace, ella pica lo que es el ají, la cebolla, este le echa un toquecito de apio España y si tienes cilantro o culantro, ajo machacado y bastante ají, lo pones a sofreír, le pones su toquecito que si, los condimentos que si el cubito, el curri, el adobo, dependiendo del toque dependiendo del toque, una vez ya que tienes el guiso esos aliños, ya tú tienes las caraotas flojas en tu olla, que ya ha secado un poco, sin mucho agua, le agregas ese guiso de ese aliño, sigue la caraota dentro de la olla, le pone su toque de azúcar, le pone una pizca de sal, la cuestión es que se note lo salado como lo dulce, que quede entre dulce y salado, le agrega todo y hay lo pone a fuego para que vaya secando.*

*En cuanto a las empanadas la tenemos la de cazón, chorizo, chaguacure, de mejillones, de pepitonas, de pabellón, que tiene su tajadita de plátano, la cuestión en la misma base de la masa, lo que cambia es el relleno. El asopado de mariscos, el viagra marino, el rompecolchón, 7 potencias son otras especialidades orientales.*

*El asopado de mariscos, queda como un risoto, es decir un guiso, queda aguadito, lleva langostino, camarones, toda esa marisquería, agarra y pica tus aliños, cebolla, cilantro, bastante ajo, si le quieres poner pimentón, dependiendo de los aliños, que le de ese toque, yo particularmente lo hago, sofrío mis aliños previamente el langostino se pone crudo, en dos vueltas se hace rápido, en cambio el pulpo si debe estar sancochado antes y limpio, porque tiene una piel especial como negra, cortarlo para que te quede la carne blanca, vamos a hacer que todo eso esta listo lavadito, ya todos los ingredientes de la marisquería están sancochado previamente, pone todos tus aliños, le introducen todos esos ingredientes de mar, ese consomé no se bota, se agrega al aliño, eso junto con toda la marisquería ahí, entonces eso comienza a guisar. Algunos le echan pasta de tomate, para que de ese toquecito rojo, verdad, yo particularmente le echo la pasta de tomate porque me es muy difícil llegar a ese punto rojito, una vez, eso tiene bastante agua, bastante caldo, le agregas arroz, verdad, y el arroz se va a cocer con eso, la idea es que no te quede un arroz con pollo, o sea que te quede seco, sino mojado, que tu sirvas tu asopado, que quede una sopa líquida con el arroz cocido de una vez. Lo he comido en el mercado, que queda muy bien, otros le agregan especias, le ponen un poquito de clavos especias, canela y le da otro sabor y queda muy sabroso. La viagra amarilla, el rompe colchón, o el vente conmigo para hacerte el amor, es los mismos ingredientes de la marisquería, o sea todo lo que consigas de mar, picas los aliños, el tomate, el cilantro, lleva bastante cilantro, todo eso lo echas en una olla grande, le echas un toque de maizina para cuajarlo, que quede líquido es como una*

*sopa y se le agrega ese toquecito de maizina o almidón, para que el caldito te quede espesito, otros le echan pasta de tomate, le dejan el color normal y tienen así tu viagra amarilla.*

*Normalmente para acompañar las carnes, vino tinto, para los pescados, vino blanco eso es la parte del “gourmet”. Por aquí por estos lados, la gente de acá de si te vas a un lugar específico donde se requiere lo que es la etiqueta pides unos langostinos rebozados, lo vas a acompañar con vino blanco, o si te vas al mar te compras o lo más casero, te compras tu envase de tu viagra marina o de tu asopado y te lo acompañas con tu cerveza, eso depende del lugar donde te encuentres, o de repente tienes tu botella de whisky y te sirves, o si estas en la orilla de la playa, o prepara su asopado. En Medina hay varias cabañitas que tu puedes alquilar, y las señoras te frían el pescado, grande, inmenso, sacado del mismo día, fresco y todo y bueno la gente se lleva su cava.*

**Glosario:**

Sejado: corte, lonja.

Culantro: semilla del cilantro.

Chimbombo: planta parecida a la yuca. Sólo se utiliza verde.

## **Mari Cruz S**

*No sé si pasaste por Río Caribe donde la Dulce Mina, ella tiene una variedad de ponches, natural el tradicional, el de chocolate, fresa y tienen sus nombres característicos. Aquí hay uno que es a base de canela, ¡que muchacho! es un trancapecho, porque a los turistas les gusta mucho, eso es una bebida caliente, pero es con canela, hay gente que viene se compra y se la toma. El singaparao es suavecito. Se prepara como una guarapita, la hacen en coctel de frutas, ron blanco y su toque de granadina, jugo de parchita, pero que quede espesito, le agregas eso, pero la cuestión de eso es el toque para dar el gustico, eso es el Singaparao, es guarapita en botella.*

*Yo le mande una vez, a un amigo que está en Alemania, le mandé una artesanía de un cacao hecho en barro, y una botella de Singaparao, total cuando llegó al aeropuerto de Asterdam la maleta se le cayó y la pobre artesanía de barro se pudo medio pegar, y la botella de Singaparao, la próxima vez cuando puedas me envías otra botella, porque es una maravilla, yo la he probado y a mí no me ha pasado nada, quizás a otra gente le produce otra cosa, pero le gusta. Yo me imagino que en el tiempo en que se fermenta es como el ponche crema se puede almacenar.*

*En la tienda de artesanía del Ateneo cuando yo estaba, los turistas buscaban Singaparao, se llevaban cajas, la cuestión es el gusto, hay 3*

*partes que venden Singaparao, esta que hacen aquí, la que le preparan al Ateneo, espesa, y esta, es más aguaita, mas clarita. Hay otro, es el brujita es un preparado que hacen con canela, le echan culebra, es la brujita, eso es espiritual, le echan ramas, cuero de culebra, lagarto y ron.*

**Sara Briceño.** *En los andes, se conoce como la mistela de ramas, en el Táchira en San Simón, elaboran y le echan muchas ramas y lo entierran para que se fermente.*

*Entre los dulces típicos tenemos el arroz con coco, el majarete, los bollos, el buñuelo de yuca. Tenemos otro plato que es la ensalada catalana, se sancocha el pescado que no se te pase, ella tiene una flexibilidad de que la piel se le alza, y es un pescado que no tiene espina, le saca la pulpa lo desmenuza, tu puedes hacer tu ensalada como tu quieras, papas en cuadritos, le puedes echar maíz, como tu lo quieras hacer, si es la tradicional, le puedes poner papa, zanahoria, repollo, la base fundamental es la catalana, es un pescado muy rico, de carne blanca, muy sabroso, y también costoso el pescado, bueno y preparas tu ensalada le puedes echar manzana, si la quieres tradicional, tus papas, zanahoria y si te quieres echar unos gajitos de cebolla, para que no se te pase mucho, el pescado y ya, es un poquito de cada lado, otro pescado puede ser, la bonita blanca que es el carite pero es un pescado de la misma familia más pequeño o la bonita negra, bonita blanca porque es de piel o carne blanco y la bonita negra porque es de carne oscura, cualquiera de los dos, también está el tajalí, que también es carne blanca, que también lo salan y lo venden y es*

*muy rico ese pescado, alguno aquí lo agarran y lo preparan, agarran tu pescado por decir, un pedazo, ellos lo filetean para hacer longos (cortes). Mi mamá, ella es muy folclórica, agarra su pescado corta un pedazo, usa una técnica, le echan sal al agua, para desalar el pescado, lo pone a hervir el pescado, aunque ese pescado por la misma propiedad de la sal ya está cocido, pones a sancochar le cambias el agua varias veces, hasta que tenga el toque, entonces agarra picos de cebolla en rueda o aros de cebolla, tomate, le echas su toquecito de aceite lo pones a sofreír introduces el pescado, hay gente que lo come así, le echas tu cilantro, en el guiso de cebolla, que no se te partan los aros de cebolla.*

*Otro agarran el pescado lo sancochan, lo desmenuzan, como el cazón, tiene espina, pero no muchas, agarra tu tomate, cebollín, ají, picas todo eso, condimento adicional, aceite, le echas el pescado, te queda como un picillo, es decir un guiso, puedes hacer empanadas, es decir empanadas de cazón*

*La hallaca oriental, o la hallaca carupanera lleva carne de cochino, otros le agregan la carne de res picadita sazonada un día antes de la preparación, para aceite y alcaparra para el guiso, cebolla, ají dulce, echa todo eso aquí se le echa ají a todo, cebollín, bastante cebollín, bastante ajo le pones alcaparra, aceituna, haces tu guiso normal, preparas el onoto tradicional, compras el onoto tradicional compras el onoto en grano lo echas en aceite y haces la tinta de onoto para colorar la masa de harina de maíz, papa, zanahoria y huevos sancochados, aros de cebolla, le ponen*

*pasita y pimentón a la juliana, es decir tiras, picas el pimentón y lo cortas a lo largo, haces tú círculo en la hoja, echas el guiso, doblas la hoja y se amarra, el garbanzo aquí no se usa, sí en los Andes, la carne de cochino se cocina bien.*

*El bollo de maíz o la masa debe ser de maíz tierno, el maíz pasado es para hacer maíz pilado o arepa raspada, se desgrana la mazorca se muele, la hoja que trae el jojoto se limpia (ese no lleva relleno) y selecciona la más bonita, se hace la bolita se coloca en la hoja de la mazorca, lo envuelves le da vuelta, lo envuelves (con la misma hoja de la mazorca), lo puedes acompañar con queso guayanés que es típico, no es típico de aquí de la zona sino de oriente, en Maturín hay unos quesos muy ricos; la cachapa es la misma base, lo pones hacer en un caldero grande, pero con hojas de cambur, haces la misma masa del maíz, la pones en un caldero caliente pones tu masa previamente, las hojas abajo, le das los bordes redondo, que te quede redondo, que te quede más o menos como una panqueca, mas gruesecita que la panqueca, ella se te va a cocer allí, y la volteas, y le pones hojas por el otro lado y la volteas.*

*El bollo pelón es tradicional, se hace con lo que queda del guiso de la hallaca y todos los adornos, si te sobra masa y te queda un poco de guiso, y le echas el guiso a la masa que te quedo, le pones un toque de picante, ese bollo lleva picante, bastante picante, es la misma base de la hallaca, el mismo guiso y la masa, y eso sí, le echas bastante picante, porque queda sabroso por el mismo toque del picante, revuelves todo, se*

*hace el bollo redondo, se amarras y se pone a sancochar, eso es el bollo pelón.*

**¿Hay influencia de la comida de Trinidad en la zona del Pilar, qué nos comenta?**

*Trinidad queda cerca de allá, si sigues hacia la vía del Pilar, vas a llegar a Boca de la Costa, allí se agarra un bote o un buque y te vas a Trinidad (que te queda enfrente), es como decir cuando tú te paras en el Malecón de acá de Carúpano y de ahí se ve la Isla de Margarita, por lo menos cuando uno se va a Chacupata, y se llega en 45 minutos, y ustedes se van por Cumaná, y van a pasar más de 10 horas caminando, es algo así.*

*Entonces, quizá hay mucha influencia Trinitaria, porque es cerca, y me imagino que la comida de de coco, la influencia es también parte de eso, y los diferentes tipos de especies. Hacia la zona de Guiria se consume mucho el coco, es como decir que en todo guiso la base fundamental es la cebolla, sin la cebolla, que sin la cebolla, no agarra, es decir la base fundamental de toda comida, yo he probado las caraotas en coco, el coco normal, hay uno amarillo y uno verde, entonces cuando se seca se pone marrón.*

## **Gladys Bravo**

*Para la empanada de cazón los ingredientes son la harina de maíz, el punto de dulce, un poquito de harina trigo, se amasa, bien amasada, luego se guisa bien el cazón, con todo esos aliños normales, se rellena como un pastelillo, y se fría con bastante aceite dando la forma de media luna de empanada, el cazón es fresco, uno lo guisa, es un pescado, yo lo hice antier, tu guisas el pescado, y después preparas las empanadas, el relleno de la empanada es el cazón guisado. Los ingredientes del guiso son el pescado, cebolla, cebollín, ajo, su punto de pimienta y ají dulce, suficiente ají dulce, ese es el guiso para la empanada, otras empanadas son de caraoatas, de pollo.*

*Otra comida es el yucazón, se le dice yucazón porque es a base de yuca, se sancocha la yuca con un puntico de sal, se muele o tritura en puré, como una masa, la yuca, la masa sancochada, después le agregas un puntico de mantequilla, para que te pueda correr la mano, y no te pegue, se extiende grande ese yucazón, como una tela como una tela larga, se rellena con un guiso de cazón como el de la empanada, y encima le vas a poner bastante tajada de plátano, y al final le echas bastante queso blanco, se va poniendo por capas, es como hacer un pasticho, pero de yuca y se hornea.*

## **¿Y en cuanto a la dulcería, o un dulce típico de acá?**

*El vinagrillo es una fruta que se da aquí en oriente y es muy ácida, que es reconocida por el ácido, tanto que muchas personas la usan para limpiar las ollas, porque es especial para limpiar aluminio, pero también se usa para hacer el dulce: los vinagrillos se lavan bien y se pinchan, se ponen en remojo, dos o tres días, cambiando el agua, hasta que boten el ácido. Luego se hace un melado con papelón, clavos y canela y se cocinan a fuego lento hasta que ablanden.*

*El buñuelo de yuca es otro dulce muy apreciado; se ralla la yuca y se aliña con especias, canela, guayabitas y hasta cardamomo si consigues, se forman los buñuelos y se fríen. A parte se prepara un melado con papelón y se bañan los buñuelos con este melado.*

*El Majarete que es preparado con maíz cariaco, coco y papelón, los besos de coco hechos con harina de trigo, coco y papelón, las bolitas de coco rallado, azúcar y color artificial y el arroz con coco son otros muy conocidos por estos lares.*

## ANEXO

**Recetario de Luisa Elvira La Riva de Gerlein (1897-1965), recopilados en los años 40 y 50. (Es una transcripción fiel y exacta del original).**

### **Sancocho de gallina**

Preparado con verduras que se dan en la zona: yuca, ocumo chino, ocumo blanco, auyama, ñame, entre otros y gallina.

#### **Preparación:**

Se prepara colocando la gallina en presas en una olla, con los aliños, cebolla, ají dulce, pimentón y cilantro ajo y perejil hasta cuando afloje, luego se le agregan las verduras y se tapa hasta cuando se aflojen, se sirve caliente en plato hondo juntos verdura y gallina.

## **Tarkarí de Bagre Amarillo**

Se prepara con curry, ajo, cebolla, ají dulce, pimentón y cilantro, y por supuesto el bagre amarillo (pescado de caños y aguas salobres).

### **Preparación:**

Se pican todos los aliños en daditos, se machaca (se tritura) el ajo. En un caldero (paila) se coloca aceite y se lleva al fuego, luego se la agrega el ajo y el curry hasta que tomen un color marrón, después se la agregan los aliños y se mueven para que no se quemen, cuando los aliños se ablanden se echa el pescado al caldero, se tapa y luego se mueve con mucho cuidado para que no se rompa, se la agrega la sal y cuando se ablanda el pescado se apaga, se sirve con arroz o verduras sancochado o casabe.

El menú de Jueves Santo se puede completar con gallina guisada con bola de plátano, arepa raspada o pilada, pescado salado, carne de cochino frita con ocumo chino sancochado. Empanadas de cazón, sancocho de pescado de río.

## **Torta de coco y panela**

1 panela (se derrite en 4 tazas de agua hasta que se forme una melaza), 4 huevos, 1 coco rallado y licuado en 1 taza tibia mas 4 cucharadas de leche en polvo, 1 ½ panelitas de mavesa, 1 cucharadita de bicarbonato, 4 tazas rasa de harina leudante, 1 cucharadita de vainilla.

Se cuele la melaza y se coloca en un envase con el coco, la mantequilla derretida y los huevos batidos previamente. Se batien bien, luego se le pone poco a poco la harina y el bicarbonato. (Cuidar que no se queme).

## **Torta de auyama**

3 Tazas de harina, 2 cucharaditas de polvo de hornear, 2 cucharaditas de bicarbonato, 1 cucharadita de sal, 3 ½ cucharaditas de canela, 4 huevos, 2 tazas de azúcar, 1 ½ tazas de aceite, 2 tazas de auyama cocida, 1 taza de almendras. Cernir juntos los ingredientes secos. Batir los huevos a alta velocidad, agregar el azúcar, batiendo bien hasta que se unan. Agregar el aceite a baja velocidad. Agregar los ingredientes secos alternando con la auyama, luego se agregan las almendras. Hornear por una hora aproximadamente.

## **Torta helada**

2 cajas de plantillas, 1 litro de leche, 2 yemas de huevo, 3 claras de huevo, 1 pote de leche condensada, Nescao, frutas confitadas, azúcar para las claras, maicena.

Se hace una crema con maicena hasta que quede gruesa (se le echa azúcar o leche condensada y se agrega licor cuando este fría), se bate Nescao (bien espeso) y se mojan las plantillas, se pone una capa de plantillas y una de crema, luego se baten 3 claras (se endulzan), se adorna la torta y se le ponen frutas u otro adorno. Se mete al congelador un día antes de comer.

## Ñoquis de Sémola

- 200 gms de harina de sémola
- 1 ½ taza de leche
- 3 yemas
- 1 cucharadita de mantequilla
- Sal al gusto
- 1 queso tipo americano
- 1 taza de leche
- 100 grs. de parmesano

La leche se pone a hervir y al primer hervor se le va agregando la sémola poco a poco, se deja reposar, se le incorpora las yemas, la cucharadita de mantequilla y sal al gusto, con esta masa se hacen unas bolitas o ñoquis. Luego se pone agua a hervir y al empezar a hervir se le echan los ñoquis, que flotan al estar, se sacan para condimentarlos.

Para hacer la salsa se pone el queso americano en baño maría para derretirlo, luego se la agrega 1 taza de leche, mantequilla, salsa inglesa, mostaza y queso rallado parmesano, para cubrir los ñoquis y luego se pone al horno a 350 grados.

## **Pasta de Coco**

- ½ kilo de harina Gold Medal
- 2 huevos
- 1 taza de azúcar
- 1 taza de leche
- Coco rallado

## Coctel Rosado

- 2 Partes de ron Sta. Teresa
- 1 pote de jugo de pera
- 1 parte de vermouh Cinzano
- Amargo de Angostura

Batir con abundante hielo picado

## **Pasta de Limón**

- ½ Kilo de harina
- 3 huevos
- 4 cucharadas de nevazúcar
- Raspadura de limón

Se pone al horno a 250° grados durante quince minutos.

## **Ganso a la Cacerola**

- 1 taza de caldo de res o consomé
- 1 taza de Aceite
- 1 diente de ajo
- ¼ Kg de papas pequeñas
- ¾ Kg de ganso
- 1 tomate
- 1 cebolla
- 1 ají
- 1 rama compuesto

### **Instrucciones:**

Al ganso se le pone la sal, aceite al cálculo y se pone a dorar, luego se echan las papas y se sigue dorando, cuando ya tiene color se apartan y se le echa el caldo de res o consomé, los tomates, la cebolla, el ají dulce y la ramita compuesta. Se deja cocinar y cuando ya esté blando se reincorporan las papas.

## Tartaletas

- 1huevo
- 320 gramos de harina 1 ½ cucharadita de sal
- ¼ gramos de mantequilla salada
- ½ cucharadita de polvo de hornear, azúcar.

Si se va hacer relleno dulce se une todo hasta formar una masa y se pone en moldes pequeños ahuecados.

El relleno se hace con mermelada de uvas, se cubre con caramelo. Al horno 400 grados; si se hace salada se rellena con jamón molido con mostaza.

## Caspiroletas

- ¼ Kg de azúcar
- 5 yemas
- 2 bizcochuelos
- 1 ½ taza de vino dulce
- 5 claras
- 400 gr. de azúcar pulverizada
- Gotas de limón
- 200 gr. de almendras tostadas

### Instrucciones:

Se baten las cinco yemas, se pone hacer un sirope con ¼ de kilo de azúcar. Después bien batir las yemas se le agrega el sirope poco a poco, se pone en baño de maría hasta que espese, para cubrir se baten las claras hasta que den punto se le va incorporando el azúcar pulverizada hasta que ya este se le pone la mitad de las almendras tostadas.

Se echa en una dulcera un poco de la crema de yemas, luego se le colocan los bizcochuelos remojados en vino, luego otra capa de crema y mas bizcochuelo así terminar la crema y los bizcochuelos, se cubre con la

crema de claras y por último se le polvorea el resto de las almendras molidas.

## **Pasta de galletas para postres helados**

- 1 paquete de galletas de María
- ¼ kilo de queso blanco
- ¼ papelón
- 1 cucharada grande de mantequilla

Las galletas y el queso se trituran bien. Luego se pone hacer un melado, al estar este se la agrega las galletas y el queso y la mantequilla, se pone todo al horno a 350 grados.

## Pasta de hígado

- ¼ kilo de hígado
- 1 taza de salsa bechamel
- 2 cucharadas de crema fresca
- 1 huevo entero
- 1 yema
- Sal y pimienta

## Salsa Valois

- 3 cucharadas de vinagre
  - 2 cucharadas de cebollines
  - 1 cucharadita estragón
  - Pimienta, sal, laurel
  - 3 yemas
  - 1 cucharada de agua fría
  - 1 cucharada de agua caliente
  - ¼ kilo de mantequilla
  - Pimienta, gotas...
  - 1 cucharada de gelatina blanca o la lamina
  - 1 cucharada de salsa inglesa
-

## Coliflor

- 1 coliflor grande ó 2 pequeños
- ½ kilo de papas pequeñas
- Salsa blanca o bechamel

El coliflor se cuece en agua con sal, en igual forma las papas peladas. Se separan los ramitos y se pasan por bizcocho rayado y después por huevo batido, se pone a freír hasta dorarlos (en aceite caliente), después se sacan y se cubre con salsa blanca.

---

## **Manzanas cubiertas**

- ¼ de kilo de harina Gold Medal
- 180 gms de mantequilla
- 4 cucharaditas de polvo royal
- 1 tacita de leche
- 6 manzanas pequeñas
- 2 cucharadas de mantequilla para ablandar las manzanas
- 1/8 de azúcar, canela y una polvorita de sal, las dos cucharadas de mantequilla, el azúcar, canela y la polvorita de sal, se hace un sirope con la mantequilla y el azúcar para ablandar las manzanas.

## **Crema**

- 175 grs. de mantequilla
- 175 grs. de nevazucar
- ½ taza de leche, 1 cucharadita de vainilla

## **Instrucciones:**

Pasta: Harina en forma de corona, se le agregan los 170 grs de mantequilla, las 4 cucharaditas del polvo de hornear y un poquito de sal, se arma con las puntas de los dedos, luego se le agrega la leche lentamente.

Tomamos una tabla, la enharinamos y luego se extiende una parte de la pasta con un papel satinado especial, se toman las manzanas partidas por la mitad habiéndole quitado la semilla, se cubren con un poco de pasta, antes se le coloca en el centro un poco de mantequilla, se espolvorea con canela, azúcar, se tapa con un cuadro de pasta y se coloca en un molde y se mete al horno a una temperatura de 450 grados durante media hora.

---

### **Salsa**

Se bate la mantequilla con azúcar pulverizada, la leche media taza, 1 cucharadita de vainilla.

## Pasta Flor

- 2 panelas de mantequilla
- 3 tazas de azúcar
- 4 tazas de harina
- 1 cucharada de vainilla
- 2 tazas de leche
- 3 cucharaditas de polvo royal
- 6 huevos
- Mantequilla con azúcar, se une bien se le agrega 1 taza de harina y 2 huevos sucesivamente, de último las 2 tazas de leche con el polvo royal.

## **Torta de harina**

- ¼ kilo de harina
- ¼ kilo de azúcar
- 1 bolívar de mantequilla
- 1 real de queso
- esencia de vainilla
- canela molida
- 4 huevos batidos
- Menos de una cucharadita de “Royal”
- 1 caja de pasas

### **Instrucciones:**

Se pone la harina, la nata de leche, mantequilla y se baten bien se le pone el azúcar, el queso rallado, después los huevos, la canela y la esencia y pasas, se hornea a 400 grados en molde engrasado.

## **Bizcocho de Mantequilla**

Ablande una taza de mantequilla y se le añada 2 pocillos y medio de azúcar batiendo esto bien hasta que esté cremosa, añada 6 huevos sin batir, uno por uno, batiendo bien después de añadir cada huevo, apartar 2 claras para el merengue; añada a la preparación 2 cucharadas de vainilla, cernir 4 tazas y media de harina, 5 cucharaditas de polvo Royal y media cucharadita de sal, añádase los ingredientes secos a la primera mezcla alternando con taza y media de leche. Meter al horno por una hora.

Se le puede agregar pasas, nueces o fresas. Para la mermelada 2 claras batidas y 2 tazas de azúcar.

## **Pan blanco o salado**

- 1 pastilla de levadura
- 3 cucharaditas de leche en polvo
- 3 cucharaditas de sal
- 4 cucharadas de mantequilla
- 4 cucharadas de manteca
- 3 tazas de agua tibia
- 2 tazas de harina de trigo
- 3 cucharaditas de azúcar

### **Ingredientes:**

Disuélvase la levadura con la sal, azúcar y leche en el agua tibia, agréguele la mitad de la harina agréguese la manteca, mantequilla, y el resto de la harina.

Trabájese o amásese esta mezcla hasta que esté lista. Colóquese en una paila engrasada, cúbrase y deje por espacio de una hora y media, si esta el día frío, dos horas, hasta que este doblemente. Háganse tres partes se dejan en forma de pelota quince minutos, siempre cubiertos. Háganse los panes, después de amasarlos un poco, bien apretados, y colóquense en los moldes bien engrasados, cúbranse y déjense por espacio de dos horas, si al meter el dedo suavemente, vuelve la masa a un puesto, está

lista, si queda el huequito no está todavía, se mete a un horno moderado 1 hora. Si se quiere hacer dulce, se le pone un huevo, una cucharadita de vainilla, y azúcar al gusto.

## **Ponche Crema**

A una botella de leche se le pone una libra de azúcar y se pone al fuego sin dejar de revolver hasta que este hecha almíbar, se pone a enfriar y luego se le agrega 12 yemas bien batidas, y se vuelve a poner al fuego un poco, se baja y se le pone un vaso o un curto de brandy o de ron como se quiera, dejar una cucharada de esencia de vainilla y otra de amargo de Angostura, se pasa por un colador por si acaso se le haya hecho algunas peloticas. Podrá hacerlo sin leche se le pone a media botella de agua ½ libra de azúcar y se hace igual al anterior.

## **Torta de Mantequilla**

- 1 libra de mantequilla
- 3 huevos
- 1 libra de azúcar
- canela, clavos

La raspadura de un limón y un poco de vino blanco; mezclar y batir todo y se van sacando las torticas y se van poniendo en la sartén y antes de ponerlas al horno se le pone vino dulce por encima.

## **Pasta de leche**

- 1 libra de queso rallado
- 1 libra de azúcar
- 1 litro de leche
- 10 huevos

### **Instrucciones:**

Se baten los huevos con el azúcar como para bizcochuelo. Luego el resto de los ingredientes y llevar al horno por 40 minutos.

## **Torta de novio**

- 1 libra de queso rayado
- 1 libra de azúcar
- 10 huevos

### **Instrucciones:**

Se baten los huevos con el azúcar como para bizcochuelo y se revuelve todo y se hornea.

## **Dulce de leche**

- 8 huevos
- $\frac{3}{4}$  de kilo de azúcar
- 4 litros de leche

## **Instrucciones**

Se pone a hervir la leche con el azúcar y al hervir se baten los huevos se le echa todo, se revuelve y se pone al fuego bajo moviendo constantemente

---

## Torta dulce

- 1 libra de azúcar
- 1 botella de leche
- 4 huevos
- 5 pancitos dulces
- 2 cucharadas de mantequilla
- Medio de vino dulce/ un poco de vainilla
- 1 cucharada de canela en polvo

Se revuelve todo y se hornea.

## Pasta de leche

- 3 botellas de leche
  - 4 onzas de azúcar
  - 1 cucharada de maicena
-

## Torta de yuca

- 6 onzas de yuca cocida y triturada
- 5 huevos
- 2 cucharadas de mantequilla
- Medio de vino dulce
- 1 cucharada de vainilla
- ½ libra de azúcar
- 3 limones verdes rallados

Mezclar todo y hornear

## **Pudín de Gallina**

- ½ lata de mantequilla
- 3 huevos
- 2 cucharaditas de harina
- ½ taza de leche
- ¾ gallina desmenuzada
- 1 lata de jojoto
- 1 lata de guisantes

Con la mantequilla, huevos, harina y leche hacer una crema. Mezclar con el resto de los ingredientes y hornear a 250 grado.

## **Pudin Royal Princesita**

- 1 paquete de pudín Royal de chocolate
- 3 tazas de leche
- 1 ½ tazas de bizcocho esponjoso
- ½ taza de jugo de melocotón en lata
- ½ cucharadita de almendras

### **Instrucciones:**

Combine un paquete de pudín Royal de chocolate, 3 tazas de leche, cocínese a fuego lento revolviendo hasta que espese y de un hervor. Ponga bizcocho en el fondo de dulceras transparentes. Humedecer con el jugo de melocotón y el extracto de almendras.

Viértase el pudín en los vasos. Enfríese, adórnese con crema batida y migas de bizcocho por encima.

---

## **Piza Napolitana**

- 2 tazas de harina
- 1 cucharada de azúcar
- 1 cucharada de sal
- ½ taza de agua tibia
- 1 sobre de levadura
- 1 lata de de filete de anchoas
- 2 cebollas
- 2 tomates manzanos
- 3 quesitos mozzarella
- ½ tacita de aceite Vatel
- 1 cucharadita de orégano en polvo

### **Preparación:**

Precalentar el horno a 374 grados. Mezclar media taza de agua tibia, sal, azúcar, la levadura en polvo se remueve y se deja reposar por cinco minutos, luego se agrega la harina, media taza de aceite, añadirle la cucharadita de orégano y amasar dándoles hasta formar una pasta, usar una cuchara de madera esta pasta se deja en el ambiente, se amasa con la punta de los dedos se deja en el molde dos horas en forma de bola para que crezca.

Se enharina la tabla, se amasa la pasta se estira con el rollo de amasar, se cubre el molde refractario de modo que le queden bordes gruesos (anchos).

Se parte el queso en lajitas muy delgadas, las anchoas se estiran, los tomates en rebanada, quitándole hollejo.

El molde se cubre con la masa bien amasado, los tomates se colocan sobre la pasta en el molde de las rueditas de cebolla, las anchoas estiradas luego la mozzarella, salsa de tomate por encima del queso, el aceite con el orégano, se cubre con la parte caliente haciéndoles unos pliegues.

## **Torta María Luisa**

- 1 libra de harina
- 1/2 libra de azúcar
- ½ libra de mantequilla
- 8 huevos
- 1 taza de leche
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 1 cucharadita de vainilla

### **Relleno:**

- 1 frasco de jalea de guayaba
  - ½ litro de leche
  - 3 amarillos de huevos
  - 1 cucharada de maicena
  - 1 taza de azúcar
  - 1 cucharadita de vainilla
  - Ralladura de limón
- 
- 

Batir mantequilla y azúcar, luego leche y se va poniendo harina y huevos si dejar de batir, al final la vainilla y ralladura de limón

---

---

## Pudin de Arepas

- 6 arepas
- 4 huevos
- ½ litro de leche
- 1/8 kilo de queso parmesano
- 1/8 kilo de queso blanco
- 3 cucharadas de mantequilla
- 2 cucharadas de aceite y una cucharada de salsa inglesa

Remojar las arepas en leche. Sofreír una cebolla y tomates, añadir perejil, sal pimienta. Mezclar huevos, harina, salsa de tomate, azúcar. Poner en capas arepas, sofrito y crema, al final los quesos

---

## **Pancitos**

- 3 cucharadas de levadura razas
- 3 kilos de Harina
- 4 cucharadas de manteca
- 2 cucharadas de sal
- 6 cucharadas copetonas de azúcar
- 9 huevos batidos

### **Instrucciones:**

Se pone la levadura a remojar en 3 tazas de agua tibia hasta que quede bien diluida durante aproximadamente 10 minutos. Se une la harina, manteca, sal, azúcar y huevos después se le agrega la levadura y se amasa muy bien, se deja por 2 horas y al estar se hornea 400 grados.

---

## Pargo en Salsa

- 1 pargo (1 kilo)
  - 1 lata de anchoas en aceite
  - 1 frasco pequeño de aceitunas
  - 2 cucharadas de alcaparras
  - 1 tomate
  - 1 cebolla
  - 1 limón
  - ½ taza de aceite
  - ½ taza de mayonesa
  - 2 huevos
  - 1 cucharadita de mostaza
  - Vinagre
  - Aceite
-

## **Asado cerdo con uvas**

- ½ kilo de uvas
- 1 kilo de lomo de cerdo
- 2 dientes de ajo
- 1 copita de coñac
- Sal y pimienta
- 3 cucharadas de
- 1 cucharadita de azúcar

## Hígado en salsa

- ½ kilo de hígado
- 1 cucharada de harina, pimienta, sal y
- 2 cucharadas de mantequilla
- 2 cucharadas de aceite
- 2 cucharadas de ajo porro
- 1 cucharada de perejil
- ½ taza de Vermut
- 1 taza de crema agria

El hígado se sofríe en la mantequilla y el aceite después se le incorpora el ajo porro, perejil y el vermuth se deja un rato, después, se saca el hígado y se le baja al número el fuego, se le agrega la crema que no hierva y se la agrega la crema que no hierva y se le agrega el hígado, se sirve.

## Arroz Moreno

- 2 tazas de arroz
- 4 tazas de agua
- 1 lata de pepitonas
- 1 lata de ostras
- 4 cucharadas de aceitunas
- 1 pimentón verde
- 1 pimentón rojo
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 1 lata de guisante
- 3 cucharadas de Mavesa
- 1 cucharada de aceite
- 2 cucharadas de pasta de tomate
- 1 cucharadita de ajo concentrado
- Sal y pimienta al gusto.

## Macarrones en cerveza

- ¼ kilo de cebolla
- 1 kilo de macarrones
- Una lata de pasta de tomate
- Una panela de Mavesa con sal
- Un frasco de extracto de carne de buey
- 1/8 kilo de queso parmesano
- ½ cerveza de malta negra
- Sal y pimienta al gusto

Cocinar la pasta. Dorar la cebolla en la mantequilla. Poner el resto de los ingredientes y dejar cocinar a fuego lento, espolvorear con parmesano.

## **Pan de Avena**

- 150 gramos de Mavesa
- ½ taza de azúcar morena
- ¼ taza de miel de abeja
- 2 huevos
- Ralladura de un limón
- 1 taza de harina de avena
- 1 cucharadita de canela
- ¼ de cucharadita de sal.

Unir todos los ingredientes y amasar. Dejar reposar antes de llevar al horno

## Ñoquis a la Alemana

### Masa:

- 1 ½ kilo de papas
- 2 huevos
- 150 grs. de harina

### Salsa:

- 50 gramos de Mavesa con sal
- Pimienta al gusto
- Salsa al gusto
- Una taza de aceite
- Una cebolla grande
- ¼ kilo de salchicha alemana
- 3 tomates maduros triturados
- Un vaso de vino blanco
- 1 cucharada de caldo caliente
- 1 cucharada de pasta de tomate
- Una ramita de hierba aromática
- Sal y pimienta al gusto
- Queso parmesano rallado

Cocinar la papa con sal y triturar, mezclar con la harina y los huevos y amasar, cortar en dados y darles forma con el pulgar. Hervir en agua y

aceite hasta que floten. Saltear cebolla y salchichas, poner el resto de ingrediente y dejar cocinar a fuego lento. Espolvorear queso al servir.

## Pizza a la marinera

- ½ kilo de harina
- 5 cucharaditas de polvo de hornear
- 1 lata de salmón grande
- 4 tomates pelaos y picaditos
- 1 taza de soda líquida
- 1 cebolla en ruedas
- ¼ kilo de queso amarillo
- ½ taza de aceite
- 12 aceitunas rellenas
- Sal

Amasar la harina, polvo de hornear, soda, aceite y sal. Extender sobre una pizera. Colocar los tomates y el resto de los ingredientes. Hornear

---

## **Pastelitos**

### **Para la masa:**

- ½ kilo de harina
- 4 huevos
- ½ taza de agua
- Una cucharadita de polvo de hornear
- 3 cucharadas de manteca
- Azúcar y sal al gusto

### **Para el relleno:**

- ½ kilo de carne de res molida
- Sofrito de pimentón, cebolla, ají dulce,
- Adobo completo
- Una cucharada de Mavesa
- Sal y pimienta al gusto

Guisar el relleno y al enfriar añadir huevos duros picados y alcaparras. Hacer bolitas con la masa, extender en círculo pequeños, rellenar y cerrar humedeciendo los bordes con agua. Freir.

## Ñoqui de sémola

- 200 gramos de harina de sémola
- 1 ½ taza de leche
- 3 huevos
- 1 cucharadita de mantequilla
- Sal al gusto
- 1 queso tipo americano

Hacer los ñoquis con la harina, los huevos y la sal. Ponerlos a hervir en abundante agua. Para la salsa derretir la mantequilla con la leche y añadir el queso en cuadritos y espesar.

---

## Caspiroleta

- ¼ kilogramos de azúcar
  - 5 yemas
  - 2 bizcochuelos
  - 1 ½ taza de vino dulce
  - 5 claras
  - 200 kilogramos de azúcar pulverizada
  - Unas gotas de limón
  - 200 gramos de almendras tostadas
- 
- 

Hacer una crema con el ¼ kilo de azúcar, las yemas y el vino y la mitad de las almendras a fuego lento. Cubrir el bizcochuelo con la crema. Hacer un merengue con las claras y la azúcar pulverizada, decorar con las almendras tostadas

---

---

## Pastel de gallina

- 1 kilo de harina
- 2 panelitas de mantequilla con sal
- 3 huevos
- ½ kilo de lomo de cochino
- 1 ajo porro
- 1 ramita de perejil
- 1 vaso de vino blanco
- 1 gallina
- ¼ kilo de jamón
- 1 lata de salchichas alemanas
- Sal y pimienta, nuez moscada al gusto.

Preparar el guiso con las carnes picadita menuda, el jamón y la salchicha y los aliños. Mientras reposa, hacer una masa con la harina, mantequilla y huevos. Extender en un molde la mitad, rellenar y cubrir con la otra mitad de la masa. Hornear

---

---

## Torta de pan con piña

- 6 bollos de pan
- 4 huevos
- 1 taza de azúcar
- 1 jugo de piña de cartón
- 1 cucharada de mantequilla
- ½ litro de leche

Batir huevos con el azúcar, luego el jugo de piña. Untar un molde con la mantequilla, colocar los bollos de pan y humedecerlos con la leche, cubrir con el batido de huevos y hornear en baño de maria por 40 minutos

## Ganso a la Cacerola

- 1 lata de consomé de carne
- ½ taza de aceite
- 1 diente de ajo
- ¼ kilo de papas pequeñas
- ¾ kilo de ganso
- 1 tomate
- 1 cebolla
- 1 rama de compuesto
- Sal al gusto

Saltear el ganso (muchacho) con ajo y sal, cuando esté dorado poner el resto de los ingredientes en olla a presión, media hora sin las papas y la segunda media hora con las papas.