

Duelos y quebrantos alcaláinos

En un lugar de la Mancha, de cuyo nombre no quiero acordarme, no ha mucho tiempo que vivía un hidalgo de los de lanza en astillero, adarga antigua, rocín flaco y galgo corredor. Una olla de algo más de vaca que carnero, salpicón las noches, duelos y quebrantos los sábados...

Para cuatro personas.

100 gramos de cada uno de los siguientes ingredientes: panceta de cerdo, jamón y picadillo de chorizo

Tres huevos

Sesos de cordero

Aceite de oliva y una cucharada de vinagre

Sal, laurel y pimienta

La receta es muy sencilla, pero a la vez sabrosa y contundente. Puestos manos a la obra, lo primero es freír, una vez troceados el jamón, el chorizo y la panceta. Utilizaremos una sartén amplia y, si es posible, la propia grasa de los torreznos.

Aparte, coceremos los sesos, una vez limpios, troceados y aliñados con un poco de aceite de oliva, los mezclamos con el laurel, el vinagre y la sal.

Por último, se baten los huevos y, salpimentados, se hace un revuelto con todos los ingredientes anteriores.

Si queremos darles un toque tradicional y exquisito, se recomienda presentar el plato con pan frito y setas.

Todo ello nos proporcionará un plato propio de labriegos, pero a la vez digno de reyes. Como prueba basta recordar aquel lejano día de septiembre de 1669, en el que doña María de Austria, viuda de Felipe IV, disfrutó de unos riquísimos duelos y quebrantos en la humilde, pero bien servida mesa, de la casa de unos labriegos que le dieron hospedaje.

Judías blancas con perdiz

El mundo de la caza siempre ha sido propicio a avivar el ingenio y remover los estómagos, más aún antes de ponerse a acometer lances de todo tipo, y no digamos si son de amor. Mezclar el corazón cautivado, el ardor guerrero del buen caballero o el digno y noble ejercicio de la caza, con la bocanada de placer de una perdiz unida en sin par armonía con unas suaves, cremosas, judías blancas de la tierra no puede ser motivo más que de felicidad. Cabalguen Don Quijote y Sancho en pos de estas dichas y déjenos compartirlas al menos en lo que toca a su parte gastronómica. En tiempos del Quijote la caza se consumía ligeramente pasada, como dice el refranero “La perdiz, con olor en la nariz”.

Para cuatro personas:

Dos perdices, medio kilo de judías blancas, 3 cebollas grandes, un vaso de vino tinto, 100 gr. de tocino fresco, una cabeza de ajos, dos hojas de laurel, unas ramas de romero y tomillo, aceite de oliva y sal.

Si se dispone de una olla de barro para la elaboración de las judías el sabor será inigualable y más propio de la época, ya que el fuego de leña, complemento ideal para este plato, es casi imposible de conseguir hoy en día. Se colocan en ella las judías, que habremos dejado en remojo la noche antes, debemos cuidarnos de que estén siempre cubiertas de agua para evitar que se despellejen.

Las perdices, el romero, el tomillo, estos dos últimos en una red de cocina para evitar que se deshagan, el laurel y los ajos se añaden a un tiempo y se mantiene todo a fuego lento. Las perdices se estofan en una juliana de dos cebollas, junto con los ajos machacados, un chorro de aceite y el tocino fresco. Cuando estén casi listas se añade el vaso de vino tinto, las ponemos con las judías y dejamos que den un hervor de unos 15 minutos.

No debemos olvidarnos de retirar la espuma cada 10 ó 15 minutos. Antes de echar la sal y un chorrito de aceite de oliva retirar las ramas de romero y tomillo. Dejar a fuego muy lento hasta el momento de servir. Las judías deben quedar jugosas sin mucho caldo y ligado.

Salpicón de ternera

Este rey de la cocina manchega es citado por el gran Sancho en la segunda parte de *El Quijote*. Conversando con el médico que le andaba recomendando sobriedad en las cenas, y sería por aquello que sabiamente dice el refranero del que tanto gustaba Sancho, “de grandes cenas están las sepulturas llenas”, se dice del Salpicón lo que sigue:

...le dieron de cenar un salpicón de vaca con cebolla y unas manos cocidas de ternera, algo entrada en días. Entregóse en todo, con más gusto que si le hubieran dado francolines de Milán, faisanes de Roma, ternera de Sorrento, perdices de Morón o gansos de Lavajos; y entre la cena, volviéndose al doctor le dijo: Mirad, señor doctor, de aquí en adelante no os curéis de darme de comer cosas regaladas ni manjares exquisitos, porque será sacar a mi estómago de sus quicios, el cual está acostumbrado a cabra, a vaca, a tocino, a cecina, a nabos y cebollas...

Lo que el maestro Sala puede hacer es traerme estas que llaman ollas podridas.

Un kilo de magro de ternera

Dos huevos duros

Dos pimientos rojos, una ñora

Una cebolla grande, dos dientes de ajo

Ocho granos de pimienta negra, una hoja de laurel, una ramita de tomillo, dos pizcas de azafrán.

Un vaso de vino blanco.
Aceite de oliva virgen, sal y pimienta.

Para elaborar esta receta, que tanto gustaba a Sancho, hemos de partir la carne en cuadrados pequeños del tamaño de garbanzos. La cebolla y los pimientos se parten en trozos grandes. La ñora lavada y limpia, el ajo sólo pelado. El azafrán con los clavos y la pimienta se pasan por el mortero añadiendo sal lo que le dará el toque justo de especias.

En una olla, como siempre de barro, echamos un chorro de aceite y lo ponemos todo a fuego lento. Cuando empieza a calentarse tapamos la olla. Retirar la espuma y la grasa siguiendo el ritmo de la cocción para un resultado final exquisito. Por último se añade la sal, la pimienta. Añadimos los huevos duros cortados del mismo tamaño de la carne cuando hayamos apagado el fuego. En verano se sirve frío y en cualquier época con un sazón jugoso pero sin caldo.

Olla

La olla era conocida por aquel tiempo como “podrida” (no se asusten, porque no hace referencia su antiguo nombre al estado de conservación de los alimentos, sino, atendiendo a la evolución etimológica de la palabra, al calificativo de “poderosa”). El caso es que quijotesca lo es y mucho. Al comienzo de su obra, Cervantes nos dice refiriéndose a la dieta del famoso hidalgo “*Una olla de algo más de vaca que carnero*”. Las escasas rentas de *El Quijote* no le permitían excesos y la imposibilidad de trabajar para un hidalgo de la época le obligaba a vivir con dignidad pero en el límite de la pobreza. Ya dice el refranero castellano “Hidalgos y nabos malos” “Rocín de Hidalgo, seco como un galgo”.

Tres cuartos de judías blancas
Un hueso de jamón
Magro de ternera

Poner a cocer las judías que han pasado la noche en remojo, como Don Quijote; en la venta pasó la noche en vela antes de ser armado caballero. Se añade la carne y agua según se vaya consumiendo. A la mitad de la cocción se añade un hueso de jamón.

Se va retirando con esmero la espuma y la grasa cada cuarto de hora, dependiendo de la calidad del agua debemos de esperar entre una o dos horas para degustar todo junto en una fuente de barro. Un plato humilde y sencillo elaborado con escasos ingredientes fiel a la tradición de la época, se puede añadir algo de verdura (zanahorias, tomates, apio, laurel...) para darle un toque más actual y sabroso.

Pichones asados

Apreciaban Don Quijote y Sancho tanto lo que corría como lo que volaba la hora del buen yantar, he aquí una receta de pichones asados que les habría hecho la boca agua.

Dos pichones

Manteca
Perejil, albahaca,
Ajo, cebolla, pimienta y sal
Medio vaso de aceite de oliva
Medio vaso de vino blanco

Se abren dos pichones medianos, se limpian y se les da una vuelta en una sartén con manteca.

Ya listos los pichones, aparte picamos el perejil, la albahaca, el ajo y la cebolla en un mortero.

En una cazuela de barro añadimos agua, la sal y la pimienta y regamos todo con el vino blanco y el aceite, echamos en ella los pichones. Dejamos cocer la salsa a fuego lento en una cazuela de barro hasta que los pichones estén listos.

Podemos sacar los pichones y dorarlos en el horno, agregándoles la salsa que hemos dejado en el mortero antes de servir. Para emplatar, los ponemos sobre un lecho de la salsa en la que los hemos cocido.

Gallina en pepitoria

Una de las recetas más populares del siglo XVII es la Gallina en pepitoria. Plato contundente, lleno de sabores y olores, aromatizado con verduras y especias, al que se le podía añadir, o no, dependiendo de gustos y hambres, la que por entonces comenzaba a ser la popular patata. No es difícil imaginar a los estudiantes complutenses ansiosos ante un plato tan especial, exquisito y muchas veces inalcanzable para bolsillos tan agujereados y ruinosos como los suyos. Como dice el refranero “Gallina en casa rica, siempre pica”.

Una gallina, manteca de cerdo (unos 50 gr.), unos 100 gr. de jamón serrano.
Dos patatas (según gustos. A partir del siglo XVII se comienza a popularizar sobre todo como alimento para el invierno).
Un cebolla mediana, un diente de ajo bien picado, laurel, perejil, tomillo, puerro y guisantes.
Dos ramitas de azafrán, almendras (una docena), dos huevos duros, harina y un vaso de vino blanco.

Una vez bien troceada la gallina, se la unta con unos 50 gramos de manteca de cerdo y se rehoga sin prisa en una sartén. Cuando ha cogido algo de calor, se añaden 100 gramos de jamón, a ser posible picados en cuadraditos pequeños, una cebolla mediana y un diente de ajo picados, laurel, perejil, tomillo, puerro y, según gustos y dependiendo de la contundencia de sabor y color que se quiera, dos ramitas de azafrán.

La harina de trigo completa el plato dándole consistencia, aunque sin dejar de lado mojar todo con un aromático baso de vino blanco manchego. A continuación, se pone todo el plato en una cazuela y se cubre con agua hasta aproximadamente la mitad.

Se deja cocer lentamente. Cuando está a medio cocer, se sacan los trozos de gallina y se dejan reposar en otra cazuela. La salsa que la acompañaba se adereza con las almendras,

previamente tostadas y majadas con dos yemas de huevo duras mezcladas de antemano con un poco de salsa.

Por último, se pasa todo por un colador que no sea demasiado fino y se cubre la gallina. Al final, se le puede añadir un puñado de guisantes y se deja cocer lentamente hasta que esté tierna.

Migas de pastor

El plato de los platos, la esencia de una tradición gastronómica pastoril y agrícola que entronca con las costumbres culinarias más populares y antiguas. Las migas, elaboradas a partir de sus mil y una variantes, es un plato con pedigrí; una comida de pastores y hombres de campo que, al calor de la lumbre, miran el amplio y bucólico horizonte de los paisajes castellano manchegos. Allí, mirando a lo lejos, buscando una nueva aventura sobre la que reflexionar, podemos descubrir al caballero y a su escudero mientras regalan su paladar con un buen y sencillo plato de migas regado con vino de la tierra.

Ajos, harina de trigo, sal, agua

Para acompañar:

Panceta frita, chorizo frito, pimientos verdes fritos, sardinas asadas.

En una sartén honda se sofríen los ajos con aceite, añadimos unas cucharadas de harina hasta que se dore, una vez tostada añadimos un litro de agua y sal al gusto. Cuando el agua hierva vertemos el kilo de harina despacio, removiendo continuamente durante cerca de una hora, es muy laborioso pero merece la pena el resultado final.

En una sartén a parte freímos la panceta en trozos pequeños hasta que quede crujiente, el chorizo en rodajas y asamos las sardinas partiéndolas en trozos pequeños. Las migas se sirven en platos individuales y el acompañamiento en platos grandes para que cada comensal se sirva a su gusto. También se pueden elaborar con el pan duro, como las hacían los pastores castellanos en tiempos de *El Quijote* para calentarse en el frío del invierno.

Morteruelo

Efectivamente, un sabroso “paté” a la manera castellana, potente y calorífico, propio para sufrir con paciencia los rigores del duro invierno de la meseta central. Nada que envidiar a otras exquisiteces gastronómicas ideadas para untar, y más aún tratándose de una gran y esponjosa rebanada de pan de pueblo. Puras vitaminas que hubieran venido muy bien a caballero y escudero, por no hablar de los efectos que hubieran producido en los no muy cuidados estómagos de los estudiantes alcalaínos del siglo XVII.

Para diez personas

Media liebre o conejo de campo, media gallina, una perdiz

Un cuarto de jamón serrano, un cuarto de panceta, un cuarto de hígado de cerdo
Alcaravea, clavo molido, canela en polvo
Medio vaso de aceite de oliva
Pan rallado

Se colocan las carnes (limpias de huesos y piel) de liebre, perdiz y gallina en una olla y se dejan cocer a fuego lento durante tres horas aproximadamente. Apartamos el caldo de la carne y lo añadimos a una sartén, en la que habremos rehogado el pimentón con el aceite durante 10 ó 15 segundos. Cuando el caldo hierva le añadimos el pan rallado y el resto de las carnes (jamón, panceta e hígado) picadas en trozos pequeños, del tamaño de garbanzos aproximadamente.

Se cuece todo a fuego lento media hora, removiendo para evitar que se pegue. Cuando se retira del fuego se añade la sal, la pimienta, el clavo molido, la alcaravea y la canela (una cucharada de café de cada una) y se sirve acompañado de pan de pueblo para untar, en fuentes de barro pequeñas, debe tomarse muy caliente y regado con un buen vino tinto. Este “paté” castellano es un manjar exquisito como entrante o acompañando al plato principal.

Cangrejos en salsa con vino blanco

Exquisito y lleno de resonancias literarias y medievales se nos presenta este plato, digno de buscadores de paz y sosiego en las aún tranquilas e idílicas riberas del Henares. Buscando camarones por el río Henares dejábamos en el siglo XIV al Arcipreste de Hita, y es posible que la costumbre la siguiera el pequeño Miguel de Cervantes en sus primeros días y primeros pasos mediado el siglo XVI. En todo caso, no es difícil imaginar a aquellos alcalaínos disfrutando de un manjar del que sólo les separaba las aguas de su río.

Un kilo de cangrejos de río
Aceite, ajo, pimienta, cebolla
Perejil, laurel, clavo, nuez moscada
Harina, sal, agua y vino blanco manchego

Lo primero es freír en una sartén la cebolla, abundante y bien troceada, en aceite. En seguida se le añade perejil, laurel, ajo, pimienta, clavo y nuez moscada. Se sazona todo hasta conseguir el punto deseado. Una vez bien dorada la cebolla, se añade una cucharada repleta de harina y se mezcla todo, si no queremos que la harina haga grumos la podemos diluir en un poco de agua antes de echarla a la sartén.

En una cacerola se añade agua a los cangrejos hervidos de antemano, los cangrejos que encontramos ahora en las pescaderías son de origen americano mucho más grandes y menos sabrosos que los originales españoles que casi han desaparecido, si es posible elaborar el plato con los cangrejos españoles tradicionales el resultado es mucho más succulento. Se riegan con un vaso de buen vino blanco manchego, es importante cuidar la calidad del vino, un buen vino ensalza el plato, una vez añadido el sofrito, se dejan cocer hasta que estén listos. Sencillo y succulento, listo para degustar los más sabrosos sabores tradicionales de nuestra tierra.

Gaspacho de Marcela

Marcela, la pastora de la primera parte de *El Quijote*, que rechazaba el trato con los hombres y gustaba de su libertad ante todo, no encuentra reparo alguno a la hora de degustar este plato propio de los pastores de la época. Y ya que se pone a hacer excesos, elige el de la carne, eso sí, perfumada de olores de tierra y caza, retocada con especias de los campos castellano- manchegos y adornada con vestidos de trigo puro y sol. Difícil de aguantar para Marcela esta sublime tentación carnal y gastronómica, por ello creo que lo mejor es comprender su gozo ante estas tentadoras carnes y acompañarla con humildad en sus desdichas.

Para 6 personas

Tres perdices, 300 gramos de liebre, 300 gramos de gallina, un conejo de monte
Dos tortas de pan sin levadura, rebanadas pequeñas de pan.
Pimentón, canela en polvo, unas hebras de azafrán, una rama de romero y una brizna de tomillo
Ajos, pimienta y sal
Un vaso de vino blanco

Se limpia la carne y se corta en trozos pequeños. En una sartén con aceite se fríen los ajos, las rebanadas de pan y los hígados de los conejos. Reservamos los hígados y los ajos y añadimos la carne sazonada con sal. Al empezar a dorarse se añade la cebolla hasta que se caramelize. Cuando esté lista se añade vino y la misma cantidad de agua y se deja cocer.

En un mortero se machacan, el azafrán, la pimienta, los ajos fritos, el pan frito y los higadillos. Para diluirlo se añade un poco de caldo de la carne y es entonces cuando añadimos un toque de canela. Se desmigamos las tortas de pan sin levadura y se añade a la sartén junto con la carne.

La sopa se come en la sartén ayudándose con pan. Como segundo plato, se comen las perdices los conejos, la gallina y la liebre.

Guiso de las bodas de Camacho

Si hay un plato digno de ser nombrado como de *El Quijote* es éste que hemos llamado “Guiso de las bodas de Camacho”. Mezcla de tradición, fantasía y gusto por el buen comer, el guiso se nos presenta como un plato poderoso y concurrido de buenos y nutritivos ingredientes; lo justo para alimentar a impacientes estómagos en tan famosa ocasión como impone la fiesta de una boda, compartida junto a los mejores amigos, familiares y demás voluntarios en tan digna ocasión.

Un pollo, hígados de pollo
Una cebolla, harina y pan rallado
Almendras, pan frito, azafrán, pimienta y nuez moscada
Aceite, vino blanco

Para las albóndigas, pan rallado, huevo batido, jamón picado muy fino y perejil

Lo primero, trocear el pollo en pequeños trozos, luego rebozarlo bien en harina y pan rallado para conseguir que, una vez frito, quede crujiente y sabroso. Aparte, hemos sofrido a fuego lento la cebolla y le hemos añadido agua ligeramente azucarada para caramelizarla. A continuación, añadimos el pollo bien regado con vino blanco manchego.

En un mortero se machacan las almendras, el pan frito, el azafrán, la pimienta y la nuez moscada.

Ligamos la salsa con harina diluida en un poco de vino, removiendo rítmicamente para conseguir que no se hagan grumos y quede en su punto justo ni clara ni espesa y añadimos el contenido del mortero. Se deja hervir a fuego lento unas dos horas.

Si le queremos dar contundencia, no tenemos más que añadir unos hígados de pollo, eso sí, dejando hervir todo el guiso con pausa. Las albóndigas se elaboran con pan rallado, huevo batido, jamón picado muy fino y perejil y se añaden con el fuego bajo para evitar que se deshagan.

Postres

No le iba a la zaga el deseo de dar placer a los estómagos con dulces al de regocijarlos con otro tipo de manjares. El problema, como siempre, estaba en el bolsillo, señor del que dependía en aquellos tiempos de *El Quijote* el poder o no poder degustar las delicias gastronómicas, fueran dulces o saladas.

Flores

Aunque parezca que este dulce quiere hacer honor a aquel dicho del “quiero y no puedo”, nada más lejos de la realidad. Algo etéreo, eso sí, pero popular, accesible y fácil de preparar. Humilde y delicioso, sin elementos añadidos que supusieran gastos excesivos: sólo imaginación, buen tino y sencillos ingredientes.

Huevos, leche

Harina, azúcar, aceite de oliva.

Por cada huevo se añade una cucharada de leche, una de azúcar, una de aceite y otra de harina, el resultado será una pasta ligera ni demasiado espesa ni demasiado clara.

En la sartén ponemos abundante aceite a calentar y el molde para las flores, metálico y con un mango de madera, tradicionalmente se hereda de madres a hijas, en la actualidad se puede encontrar en tiendas especializadas. El molde se saca, se rellena y se mete en la sartén hasta que agotemos la pasta. Las flores se depositan en una fuente con servilletas de papel en el fondo para que impregnen el exceso de grasa, se rocían con azúcar y canela o con miel al gusto.

Suspiros

¿Los de Don Quijote por Dulcinea? ¿Por qué no?, eso sí, agarrándonos al tópico y suponiendo que nuestro caballero no estuviera metido de lleno en las mil y una aventuras que a diario le venían al encuentro. En todo caso, suspirar por Dulcinea, suspiraba; lo que no sabemos es si dulce tan popular como este tiene que ver con las quejas de amor del más famoso caballero andante que vieron los siglos.

Una docena de huevos
Medio kilo de azúcar, medio kilo de almendras peladas
Un limón para rallar

Separamos diez claras de sus yemas y les añadimos el azúcar, batiéndolas a punto de nieve. Añadimos las almendras partidas en trocitos y tostadas junto con la ralladura del limón.

Se colocan en una bandeja de horno con una cuchara grande y se dejan con el horno suave, no hay que poner los montones de pasta muy juntos para que no se peguen unos a los otros.

Rollos ilustrados

Aunque el nombre daría para disertar ampliamente sobre el sentido de la palabra “rollo” y sobre lo de ser ilustrado o no serlo, mejor es no hacer herida en aquellas materias que uno presupone no del gusto de los sufridos estudiantes del Siglo de Oro. La predisposición ante las preparadas disertaciones de sus profesores se nos antoja que no sería la misma que la mostrada ante una exquisitez gastronómica como la que aquí proponemos. Al fin y al cabo, un delicioso “rollo ilustrado” siempre es más apetecible si sirve no sólo para alimentar las almas, sino también, y a veces principalmente, para alimentar los quejicosos estómagos.

Una docena de huevos
Medio kilo de harina, medio kilo de azúcar
Medio litro de aceite de oliva

Batimos todos los huevos, dejando a parte las claras. Les vamos añadiendo el aceite despacio, dejando medio vaso a parte. Añadimos después harina y amasamos hasta que en la masa se abra en agujeros.

Se da forma de rollo a la masa y los ponemos en la bandeja del horno sobre un papel especial para horno untado en aceite, los horneamos a temperatura suave. Ilustrarlos consistía en adornarlos batiendo las claras a punto de nieve y añadiendo el azúcar muy suavemente.

Almendras de Alcalá

Escrita en castellano antiguo pero muy fácil de entender, sacada del famoso recetario titulado *Arte de Repostería*, obra de Juan de la Mata publicada en Madrid en 1747.

Mejor prueba que ésta no puede haber a la hora de demostrar la antigüedad de este postre y su vinculación con nuestra ciudad. Porque las almendras tostadas con azúcar son, y a sí las define el autor, desde siempre de Alcalá.

Estas almendras tradicionales son el punto final ideal para este recetario Cervantino, se degustan siempre que apetezcan o con el café en la sobremesa.

“Se tomará una libra de Almendras, sin de mondar de la segunda tela, y poniéndolas en un paño, ò servillera que este algo áspera, doblando dicho paño, de fuerte que no falten fuera, y meneándolas bien, para que estén limpias de polvillo, se echarán en media libra de Azúcar clarificado, dexandolas cocer hasta punto del Soplo; apartándolas, menearán con una cuchara de palo, hasta tanto, que las Almendras, y Azúcar haya quedado seco; se volverán al fuego no muy fuerte, y prosiguiendo en menearlas por todos los contornos, mudando el Perol, ò volviéndole, para que se bañen, y reciban el Azúcar, hasta que ellas mismas cruxan, que entonces estarán ya secas, y se podrán guardar, ò servir. Se pueden hacer del color que se quisiere echando el color al tiempo que se comienzan à secar”.