

CENTRO DE TODOS LOS SABORES



ESPECIAS COMBINADAS
CONDIMENTOS ESPECIALES
ESPECIAS
HIERBAS AROMATICAS
SEMILLAS AROMATICAS



RECETARIO

TABLAS DE EMPLEO

VOLUMEN 1 - 21 EDICION



Las especias, hierbas y semillas aromáticas empleadas en la cocina, además de otras propiedades medicinales, son digestivas y carminativas, muchas en grado notable. Mejoran la asimilación de los alimentos e impiden su fermentación en el aparato digestivo, previniendo la flatulencia. La canela, el clavo de olor, la pimienta de Jamaica, la menta piperita, el orégano y el tomillo, entre otras, son también poderosos antisépticos.

Se las ha estado usando durante miles de años, en épocas en que no se disponía de los actuales medios artificiales de refrigeración para conservar los alimentos. Eran entonces el único recurso conocido para evitar o detener su descomposición, facilitar su digestión y, por añadidura, hacer más agradables sus sabores.

Fueron tan apreciadas por todas estas virtudes, durante siglos y siglos, que el valor de algunas llegó, en ocasiones, a igualar el de su peso en oro y muchas fueron consideradas sagradas.

La historia de las especias, intimamente asociada a la historia de la cultura y de la salud de la humanidad, nos ha llegado aureolada por leyendas de aventuras, románticas o sangrientas, en países exóticos y lejanos mares.

Los fenicios, los árabes, los venecianos y los genoveses, Marco Polo, Colón, Vasco da Gama, los españoles, los portugueses, los holandeses, los ingleses: etapas de un comercio que alcanzó cifras fabulosas, incubando ambiciones que, indirectamente, condujeron al descubrimiento de un nuevo mundo, América.

NEGRO, CENTRO DE TODOS LOS SABORES, está también en la historia de las especias, trayéndolas de todas partes del mundo para enriquecer las mesas de los más refinados gourmets.

el gato negro

CENTRO DE TODOS LOS SABORES

CAPITAL

REPUBLICA ARGENTINA

Las ESPECIAS COMBINADAS y los CONDIMENTOS ESPECIALES E L G A T O N E G R O son combinaciones, ya listas para ser usadas, de especias, hierbas y semillas aromáticas y condimentos, de la más alta calidad y pureza. Se preparan de acuerdo a fórmulas exclusivas, estudiadas para lograr el más perfecto equilibrio de aromas y sabores. Pueden constituir el único condimento de un plato, o bien complementarse con otros condimentos. Con su empleo se conseguirán comidas mejor sazonadas en menor tiempo. Implican también un ahorro, al poder prescindir de amplios surtidos de especias y otros condimentos.

ESPECIAS COMBINADAS

COCINACHINA

HUNG - LIU (Cinco especias chinas)

Esta combinación de especias orientales, también llamada "cinco perfumes chinos", es muy empleada en varias cocinas regionales chinas, así como en la cocina japonesa.

USOS: En la preparación de numerosos platos, en especial aquéllos a base de pescados, mariscos, aves (receta 28), cerdo (recetas 34 y 35), en el clásico chop-suey (receta 45), en diversas salsas (receta 55) y, fundamentalmente, en el cerdo y el pato laqueados (receta 29), famosas especialidades chinas.

COCINAFRANCESA

BOUQUET GARNI (Ramito compuesto de hierbas aromáticas)

Esta clásica combinación de hierbas aromáticas, conocida también como "ramo de olores", encuentra gran utilización en todas las cocinas occidentales. Nuestra fórmula, aunque exclusiva, está inspirada en antiguas y famosas recetas francesas y reúne una equilibrada variedad de hierbas.

USOS: En la más extensa gama de platos: pescados, mariscos, aves (receta 25) y carnes, domésticas (recetas 37 y 43) o de caza (receta 39), al horno, a la parrilte y en especial, en estofados y guisos, como cassoulet, coy au vin y tripes à la mode de Caen, clásicos de la cocina francesa. En sopas y potajes, de pescado (receta 14) (aigo boulido, aigo saou y bouillabaisse provenzales), aves, carnes o legumbres (hortsch polaco o ruso, menestra española, minestrone italiano). En albóndigas, hamburgueses, pasteles y panes de carne (receta 42) y en platos con huevos (receta 59). Es condimento fundamental de muchas salsas, como hordelesa, cazadora, española, guasacaca (receta 58), poivrade, Sainte-Menchould, de tomate, velouté, al vino y otras, así como de courts-bouillons y marinadas, crudas o cocidas. Se lo emplea en la cocina, incorporando la cantidad necesaria durante la preparación de los platos. Si se descare no dejar visibles las hierbas al servir los platos, se las agregará en una bolsita de tela, para poder retirarlas al final de la cocción. Un ramito equivale a 1 1/2 a 2 cucharadas.

FINES HERBES (Hierbas finas)

Inspirada en fórmulas clásicas, nuestras FINES HERBES son el resultado de cuidadosos estudios y ensayos para lograr una equilibrada combinación de las hierbas aromáticas más finas. Su empleo no se limita a la cocina francesa: es universal.

USOS: En sopas (receta 17), aderezos para ensaladas (receta 1), pescados y mariscos (receta 24), aves y carnes de toda clase (recetas 34 y 36), en especial guisadas o a la parrilla, como asados, bifes y costillas. Es el condimento ideal de platos con huevos: rellenos o revueltos, omelettes (receta 61), soufflés y tortillas. En mantecas y pastas para untar (receta 2) y en muchas salsas, ya sea calientes, tales como a la crema, charcutière, fines herbes, italiana, marinera, piquante, poulette, al vino, o frias, como alsaciana, gribiche, ravigote, rémoulade, rouille (receta 52), tártara, vinagreta. Se las emplea tanto en la cocina como en la mesa, desmenuzadas antes entre los dedos. En ensaladas, mantecas u otros platos no cocinados, o poco cocinados, conviene refrescar sus aromas pasándolas previamente, unos minutos, poragua caliente o jugo de limón.

QUATRE EPICES (Cuatro especias)

La más clásica combinación de especias de la cocina francesa, de la que cada cocinero famoso y cada gastrónomo poseía su propia receta, no siempre limitada, pese a su nombre, a sólo cuatro especias. Nuestra fórmula, aunque exclusiva, está inspirada en afamadas recetas francesas y ha sido cuidadosamente estudiada y ensayada para lograr su aroma y su sabor, exquisitamente balanceados.

USOS: Especialmente en la cocina francesa, para sazonar sopas (receta 17), guisos, cazuelas y civets, sobre todo de carne de caza (recetas 36 y 39), así como croquetas, galantines, pâtés, pasteles rellenos, salpicones, vol au vent, salsas, en especial de ostras (normande) y al vino y -quizá su más importante empleo- en embutidos finos de estilo francés. En otras cocinas, en sopas, pescados, aves, carnes (receta 35) y salsas y en pastelería, como en el Pfeffernüsse (receta 66) y el Plum pudding. En la mesa, en sopas, consommés, pescados, mariscos y legumbres como espárragos y palta a la vinagreta, papas en toda forma (receta 37), batata, cebolla, coliflor y endivias.

COCINA INDIA

CURRY POWDER

Es el nombre inglés, de origen indio, de combinaciones de numerosas especias orientales molidas, a veces más de veinte. En la India y, en general, en el Lejano Oriente, los curries son platos sazonados con diversas especias que se mezclan y muelen en el acto. Nuestros CURRY POWDERS, preparados según normas indias con esas mismas especias importadas, ya mezcladas y molidas para facilitar su uso, resumen todas las características de las cocinas indias tradicionales. Se presentan cuatro tipos:

MILU (suave): del tipo de los curries suaves del noreste de la India.

PUNJABI (semipicante): nuestra más alta calidad, con las características de los finísimos curries sin cúrcuma del Punjab, al pie del Himalaya.

HOT (picante): del tipo de los curries picantes del sur y el oeste de la India, perfumados con hierbas olorosas.

MADRASI (extra picante): con las características aromáticas y estimulantes de los famosos curries de la región de Madras, en el sudeste de la India.

USOS: En la cocina india y en otras cocinas orientales, como la china, la indonesia y la malaya, en platos aromatizados con curry o con salsas al curry (recetas 50 y 54), a base de pescados (receta 18), mariscos (receta 19), aves (receta 28), diversas carnes (recetas 38 y 40), legumbres (receta 44), huevos (receta 60) y arroz. En aderezos para ensaladas (receta 1); mantecas (receta 3); entremeses y hors d'aeuvre (recetas 6, 8, 9, 11 y 12), como salpicones de pescado o aves; sopas, de pollo, cordero o zapallo (receta 16) y, en especial, Mulligatawny (receta 15); bizcochos, budines, muffins y panes. El CURRY POWDER, llamado la "sal de Oriente", puede usarse en la mesa, como complemento o como sustituto sin sodio de la sal común, espolvoreado en variados platos: sopas, como crema de hongos, papas, tomate y pollo; ensaladas; pescados y mariscos al horno, a la parrilla o frios; aves, en especial de caza; legumbres, como apio, papas, porotos, repollo, zanahoria y zapallo; huevos, los tipos picantes; frutas en conserva o frescas, como banana, melón, palta, papaya (mamón) y pomelo, en especial el PUNJABI. Para acompañar cerdo o cordelo, mezclar tres partes de mermelada de damasco con una de HOT o MADRASI. En platos cocinados, conviene freir el CURRY POWDER en la manteca o el aceite, solo o con ajo y cebolla, antes de agregar los otros ingredientes. Esta operación -llamada bhoon en indostano- desarrolla los aromas de las especias; debe hacerse a fuego muy suave por no más de 3 o 4 minutos. Se aconseja usar cacerolas enlozadas o de acero inoxidable (no de aluminio) y cucharas de madera.

GARAM MASALA

Es el nombre indostano dado a una combinación de especias molidas de la más alta calidad, usada en la India de preferencia en la mesa, para espolvorear en los alimentos. Empleado también en la cocina, se lo suele agregar hacia el final de la cocción, para evitar que un excesivo calentamiento dañe sus delicados aromas.

USOS: En la cocina, en platos con pescados, mariscos (receta 19), aves, carnes (receta 38), legumbres (recetas 44, 46 y 48), huevos (receta 60), arroz, como en los famosos pillaus (receta 49), llamados pilaf en el Medio y el Cercano Oriente, y en especial en los kormas, platos refinados de Paquistán y el norte de la India, de cordero o pollo (receta 27), cocinados en yoghurt muy lentamente para conservar los aromas. Para sazonar mantecas (receta 3), entremeses y hors d'aeuvre (receta 6) y en la mesa, como complemento o como sustituto sin sodio de la sal común, espolvoreado en sopas y cremas, legumbres, huevos y salsas frías (receta 50), así como en frutas en conserva o frescas, en especial cítricas, y para aromatizar café o té.

COCINA MEJICANA

CHILI POWDER

Es el nombre inglés dado a una combinación de ají molido y pimentón con otras especias y hierbas aromáticas. Si bien es ingrediente fundamental en la cocina mejicana, tiene también gran aplicación en otras cocinas occidentales -en especial en las latinas y en la norteamericana- así como en ciertos platos orientales.

USOS: Es el condimento imprescindible para sazonar platos mejicanos: entremeses (receta 5), pescados y aves en diversa forma (receta 30), chile con carne, enchiladas, tamales, legumbres, etc. En otras cocinas, en aderezos para ensaladas (receta 1); entremeses y hors d'aeuvre (recetas 6, 7 y 12), en especial cocktail de mariscos y con queso Roquefort, en canapés y ensaladas; sopas, en especial de pescado, porotos, tomate y zapallo (receta 16); pescados y mariscos; aves, en especial pollo; carnes de toda clase y en toda forma, como albóndigas, hamburgueses, pastel y pan de carne (receta 42), rellenos para empanadas, costillas de cerdo, cordero o ternera y guisos (receta 38); legumbres (receta 48), como berenjenas, cebollas, papas, porotos, tomates y choclos; pastas y sus rellenos; huevos (receta 60); salsas para pescados y mariscos (recetas 50, 52 y 57), aves, asados (recetas 53 y 58), pastas y pizza. La clásica "pasta de chile" mejicana, se prepara batiendo en licuadora 5 cucharadas de CHILI POWDER, 4 cucharadas de agua o caldo calientes, 2 cucharadas de aceite de oliva y sal.

COCINA INTERNACIONAL

ESPECIAS DULCES (Para repostería)

Es una combinación exactamente balanceada de especias muy finas no picantes, adecuada tanto para pastelería y repostería como para diversos platos de comida.

USOS: Especialmente en la confección de bizcochos, budines (receta 62), galletitas, masitas, pasteles, tortas y gran variedad de postres, ya sea de fruta, como compotas, copas (receta 65) y purés, o de legumbres tales como zanahoria (receta 63), zapallo o arroz (receta 67). Tienen gran aplicación en recetas de pastelería alemana, centroeuropea, escandinava e inglesa, como Buns, Gingerbread (receta 64), Muffins, Pepparkakor, Pfeffernüsse (receta 66), Plum pudding, Waffles, etc. y en repostería, para preparar baños, cremas y salsas para postres. Se las emplea también en algunos platos de comida, como ciertas sopas (receta 13) y salsas (recetas 53 y 56), por ejemplo con salsa de soja, para acompañar carne de cerdo. Para dosificar su uso empléese, en general, en doble cantidad que la canela. En postres de fruta, como manzanas o peras asadas, o bananas fritas, espolvorear de 1/2 a 1 cucharadita por cada 6 frutas, antes de cocinar. Dos cucharaditas por taza de vinagre, le darán un exquisito sabor diferente a un adobo para asados o parrilladas.

ESPECIAS FINAS (Para comidas)

Constituyen por sí solas el condimento imprescindible de numerosos platos en todas las cocinas occidentales. Es una balanceada combinación de especias y hierbas aromáticas finas, elaborada de acuerdo a fórmulas clásicas.

USOS: En todas las recetas donde se especifique el empleo de "especias" o de "especias compuestas": pescados (receta 22) y mariscos; aves (recetas 26 y 31); carnes (receta 37), en especial en guisos y pasteles, así como en albóndigas, empanadas, hamburgueses, panes de carne (receta 42), mondongo, tripes á la mode de Caen y embutidos finos; salsas y adobos para asados. En la mesa, en sopas, carnes, huevos, legumbres, cocidas o a la crema y purés. Para preparar una deliciosa "sal especiada" para la mesa, mezclar una parte de ESPECIAS FINAS con 4 partes de sal; si se desea más picante, agregar una parte de pimienta blanca molida y otra parte de sal.

ESPECIAS PARA MARINADAS (Mixed Pickling Spice)

Es una combinación de especias y semillas aromáticas que se emplea para preparar marinadas, líquidos condimentados en los que se deja macerar diversos alimentos, a fin de impregnarlos con los aromas de sus componentes. Las marinadas pueden ser luego usadas para la cocción de esos alimentos, o bien servir para su ulterior conservación por períodos más o menos prolongados.

USOS: En la preparación de marinadas para pescados, mariscos, aves y carnes (recetas 10, 41 y 43), consumidos en esa etapa o empleados luego en la confección de diversos platos, cocinados en esa misma marinada o en cualquier otro medio y en la preparación de marinadas para legumbres encurtidas (Pickles) (receta 47). Un delicioso vinagre aromatizado que puede emplearse en aderezos para ensaladas o en marinadas, se obtiene dejando en maceración, durante uno o dos meses, 6 cucharadas de ESPECIAS PARA MARINADAS en un litro de un buen vinagre de vino, agitando de vez en cuando.

CONDIMENTOS ESPECIALES

ADOBO PARRILLERO

Es una balanceada combinación de especias con hierbas y semillas aromáticas y condimentos, especialmente creada para la preparación de adobos y salsas para sazonar aves, carnes, achuras y embutidos, al horno o a la parrilla, así como también cercales y legumbres asadas.

USOS: Para preparar el clásico adobo criollo para asados (Chimichurri), mezclar en una botella u otro recipiente adecuado para su posterior empleo, una taza de ADOBO PARRILLERO, una taza de vinagre y 4 cucharadas de aceite. Si se desea, puede agregarse alguno de los siguientes condimentos: sal, ajo picado o ajo en polvo, perejil picado o perejil en hojas, pimienta, ESPECIAS DULCES, ESPECIAS FINAS, FINES HERBES, QUATRE EPICES. Agitar o revolver muy bien antes de usar. Para conservar largo tiempo, agregar también una taza de agua, dar un hervor y envasar, una vez frío, en recipientes de vidrio con cierre hermético. Se usa asimismo en salsas de estilo norteamericano para carnes asadas (receta 53) y, con manteca ablandada, para sazonar hamburgueses y salchichas a la parrilla, legumbres al horno, como cebollas, papas y porotos, y galletitas para copetín.

CONDIMENTO DE MOSTAZA

Es una combinación de semillas molidas de mostaza con especias que contribuyen a realzar tanto su sabor como su color.

USOS: Puede emplearse directamente en polvo, para condimentar en la cocina platos de aves (receta 32), carnes (receta 42), legumbres, huevos y, muy especialmente, pescados y mariscos, así como numerosas salsas (recetas 51 y 53) y conservas tales como *chow-chow, chutneys* y *piccalilli,* En todos los casos deberá evitarse su calentamiento prolongado en exceso, ya que se dañaría su sabor. Soló o mezclado con otros condimentos y amasado con pequeña proporción de agua (estilo inglés), cerveza (estilo alemán), vino (estilo francés) o vinagre, se emplea tanto en la cocina como en la mesa, para sazonar innumerable cantidad de platos: pescados, mariscos, aves, carnes de toda clase y en toda forma, como asados, bifes, *roast beef,* salchichas, etc., legumbres, huevos y, en especial, ensaladas (receta 1). Cuando se le prepare en pasta, déjese reposar por lo menos una hora antes de usar, ya que la mostaza desarrolla su aroma y su sabor, al humedecerla en frío, debido a un proceso enzimático que requiere cierto tiempo para completarse.

CONDIMENTO PARA AVES

Especialmente ideado para sazonar platos de aves, es una balanceada combinación de especias, hierbas y semillas aromáticas y condimentos. Tiene también gran aplicación para sazonar otros diversos platos, tanto en la cocina como en la mesa.

USOS: Para condimentar toda clase de aves, al horno, a la parrilla o al spiedo (receta 32), estofadas, fritas o guisadas (receta 31), así como rellenos (receta 33) y salsas para las mismas. Puede mezclarse con la harina antes de freir, con jugo de limón y manteca para remojar aves asadas o con la masa de pasteles de aves. Es también adecuado para sazonar sopas, en especial de aves o de carne; pescados y mariscos en toda forma; carne de cerdo, cordero o vaca, guisada, rellena y, en especial, en albóndigas, croquetas, empanadas, hamburgueses y pasteles; legumbres crudas o cocidas, especialmente batatas, berenjenas, cebollas, repollo, tomates, zapallitos y todas las leguminosas, como arvejas, garbanzos, habas, lentejas y porotos. La proporción habitual para su empleo varía, de acuerdo a los gustos, de 1 a 2 cucharaditas por cada 4 porciones; en rellenos, 1 cucharadita por cada taza de miga de pan.

CONDIMENTO PARA PESCADOS

Es una equilibrada combinación de especias finas con hierbas y semillas aromáticas, especialmente creada para sazonar toda clase de platos de pescados y mariscos, tanto en la cocina como en la mesa.

USOS: Con pescados y mariscos en toda forma (recetas 20 y 21), así como en rellenos (receta 23) y salsas (receta 50) para los mismos, tales como alsaciana, marinera, mayonesa condimentada, ravigote, tártara y otras. En platos de pescados y mariscos combinados con huevos, como omelettes y soufflés. Puede emplearse solo o junto con otros condimentos, frotado en pescados fritos o a la inglesa, antes de enharinar; con jugo de limón y manteca para remojar pescados y mariscos asados; espolvoreado en pescados hervidos y en canapés, cocktaits y salpicones de atún, pejerrey, salmón, almejas, camarones, cangrejo, langosta, langostinos, mejillones, ostras, pulpo, etc. Las proporciones para su empleo varían, según los gustos, de 1/2 a 1 cucharadita rasa por cada 4 porciones.

CONDIMENTO UNIVERSAL

Es una lograda combinación de especias, hierbas y semillas aromáticas y condimentos, especialmente creada para sazonar la más amplia variedad de platos. Puede usarse en la cocina, durante la preparación de los alimentos, pero evitando un calentamiento excesivamente prolongado que podría dañar su sabor. También puede emplearse en la mesa para espolvorear en toda clase de platos, como complemento de la sal común o como su sustituto libre de sodio. Es muy recomendable su uso en esta última forma a personas que, debiendo cumplir regimenes para adelgazar o para el tratamiento de afecciones cardíacas o renales, prefieren un condimento exclusivamente vegetal para sazonar sus comidas, en lugar de sales dietéticas sin sodio.

USOS: Su gama de aplicación es muy amplia: pastas para untar en canapés y sandwiches (recetas 2,4 y 5); entremeses y hors d'aeuvre (recetas 8 y 9); sopas; ensaladas, con el aderezo (receta 1); pescados, mariscos y aves (receta 30) en toda forma; carnes de toda clase y en toda forma (recetas 37 y 43), como albóndigas, croquetas, empanadas, hamburgueses, pasteles y panes de carne (receta 42), asados, bifes, guisos y rellenos; toda clase de legumbres, cocidas, a la crema, a la manteca y rellenas, en especial leguminosas y papas, cocidas, fritas o en puré; pastas de toda clase y sus rellenos; salsas (recetas 51, 53 y 57); huevos (receta 61) y, en general, toda comida no dulce.

ESPECIAS PARA HIPOCRAS

Es una combinación de especias con hierbas y semillas aromáticas, inspirada en fórmulas clásicas del siglo XVI largo tiempo mantenidas secretas, que incluye todos los ingredientes secos necesarios para preparar el hipocrás. Esta hebida de origen medieval, parece haber sido creada en Francia por Taillevant, cocinero de Carlos VI, o tal vez por el catalán Arnau de Vilanova (Arnaud de Villeneuve), maestro de Raimundo Lullio, alquimista y médico de papas y de reyes. Alcanzó la plenitud de su fama en el Renacimiento, pero durante siglos los más notables médicos y eruditos, desde la escuela de Salerno hasta Nostradamus y Lémery, e incluso escritores como Rabelais, lo tuvieron por panacea casi universal. Así le atribuyeron las más maravillosas propiedades cordiales, estimulantes, tónicas, vigorizantes y, especialmente, afrodisiacas.

USOS: Para preparar el hipocrás, dejar macerar dos semanas, agitando una vez al día, 50 gramos (aproximadamente una taza) de ESPECIAS PARA HIPO-CRÁS en una botella (700 ce.) de vino fino, seco o generoso. Si se prefiere, puede endulzarse con azúcar negra o con miel de abejas. Filtrar varias veces por una tela doblada y beber por copas durante el día.

SALES DIETÉTICAS CONDIMENTADAS

Están básicamente constituidas por diversas sales minerales libres de sodio, de pureza medicinal, de acuerdo a una fórmula exclusiva lograda tras largos estudios y ensayos. Condimentadas en seis diferentes gustos, son sabrosos sustitutos de la sal común (cloruro de sodio) para sazonar toda clase de platos, en regímenes para adelgazar o para el tratamiento de afecciones cardíacas o renales, en los cuales es fundamental no consumir ni sal ni otros sazonadores también derivados del sodio, como el glutamato monosódico (Aji-No-Moto) o las sales comunes condimentadas (sal de ajo, sal de apio, sal de cebolla). Se presentan en los siguientes seis sabores:

SAL DE AJO SIN SODIO
SAL DE APIO SIN SODIO
SAL DE CEBOLLA SIN SODIO
SAL DE ORÉGANO SIN SODIO
SAL DE PEREJIL SIN SODIO

y de hierbas aromáticas finas.

SAL CONDIMENTADA SIN SODIO

Esta última, químicamente igual a las otras en lo que respecta a sus componentes mineráles, está condimentada con una exquisita combinación de especias no picantes

USOS: Para sazonar toda clase de platos, los mismos en los que se emplea la sal común de mesa. Las SALES DIETÉTICAS CONDIMENTADAS tienen menor capacidad para salar que aquélla, de modo que deberá usarse una cantidad proporcionalmente mayor, que la práctica determinará. El calor las destruye rápidamente; por lo tanto no deberán ser empleadas durante la cocción de los alimentos, sino que se las espolvorcará en los platos ya preparados, antes de servirlos o en la mesa. Es asimismo conveniente protegerlas de la humedad y de la luz.

RECETARIO

La selección de recetas que presentamos ha sido elegida entre centenares de exquisitos y refinados platos de muy diversas cocinas.

Es tan sólo una muestra limitada de los innumerables usos de las ESPECIAS COMBINADAS y de los CONDIMENTOS ESPECIALES

EL GATO NEGRO

Las cantidades indicadas en cada receta podrán variarse de acuerdo al gusto y a la experiencia personales. Cuando se especifiquen medidas en tazas, cucharadas o cucharaditas, se entenderán rasas.

Aconsejamos rallar la nuez moseada y moler la pimienta cuando se las necesite, a fin de lograr la plenitud de sus aromas y sabores.

Todos los ingredientes cuyos nombres aparecen impresos en letra negrita podrán adquirirse en

el gato negro

CENTRO DE TODOS LOS SABORES

ADEREZOS - MANTECAS - PASTAS PARA UNTAR

1 - ADEREZO PARA ENSALADAS ESTILO FRANCÉS

Ingredientes: 1 cucharadita de FINES HERBES; 1 cucharadita de CONDIMENTO DE MOSTAZA; 1 cucharadita de CONDIMENTO UNIVERSAL: 1 cucharadita de pimentón dulce; sal y pimienta blanca molida, al gusto; una pizca de ajo en polvo (opcional); 1/2 cucharadita de azúcar (opcional); 3/4 de taza de aceite; 1/4 de taza de vinagre.

Desmenuzar las FINES HERBES y mezelar bien con los ingredientes secos. Agregar el aceite y el vinagre y batir muy bien. Dejar reposar una hora antes de usar, NOTA: Puede reemplazarse el CONDIMENTO DE MOSTAZA por CURRY POWDER, del tipo preferido, o por CIIILI POWDER. Un delicioso aderezo para ensaladas de papas, de pepino, de hojas o con fruta, se prepara mezelando una parte de la receta dada arriba con tres partes de yoghurt natural.

2-MANTECA ESTILO FRANCÉS

Ingredientes: 2 cucharadas de FINES HERBES; 200 gramos de manteca; 1 cucharadita de CONDIMENTO UNIVERSAL; sal al gusto.

Desmenuzar las FINES HERBES, pasarlas unos minutos, por agua caliente o por jugo de limón y escurrirlas. Batir la manteca hasta que esté cremosa, incorporarle los demás ingredientes, mezclar bien y dejar reposar una hora. Untar en canapés o sandwiches, o servir con hors d'oeuvre, pescados o carnes.

3-MANTECA ESTILO INDIO

Ingredientes: 200 gramos de manteca (o mayonesa, o queso blanco, o ambos mezclados); 1 a 2 cucharaditas de CURRY POWDER (HOT o MADRASI) o de GARAM MÁSALA; una pizea de glutamato monosódico (Aji-No-Moto); sal y jugo de limón, al gusto.

Batir la manteca hasta que esté cremosa, incorporarle los demás ingredientes, mezelar bien y dejar reposar una hora. Untar en canapés, sandwiches o tostadas, o servir con pescados, mariscos, carnes, legumbres, arroz o pastas.

4-PASTA PARA UNTAR

Ingredientes: 200 gramos de manteca (o mayonesa, o queso blanco); 1 a 1 1/2 cucharadas de CONDIMENTO UNIVERSAL; sal al gusto.

Batir la manteca hasta que esté cremosa, incorporarle los demás ingredientes, mezclar bien y dejar reposar una hora. Untar en canapés, sandwiches o tostadas.

5-PASTA PARA UNTAR ESTILO MEJICANO

Ingredientes: 1 taza de porotos colorados bien cocidos (o de lata); 1 tomate, picado muy fino; 1 cucharada de mayonesa; 1 cucharada de jugo de limón; 2 cucharaditas de CHILI POWDER; 1 cucharadita de CONDIMENTO UNIVERSAL; sal al gusto.

Amasar todos los ingredientes hasta tener una pasta espesa. Dejar reposar una hora. Untar en canapés o sandwiches, o servir con legumbres cocidas.

NOTA: Puede reemplazarse los porotos, como variante, por la pulpa de una palta.

ENTREMESES - HORS D'OEUVRE

6- BANANAS AL GARAM MASALA (cocina india)

(6 porciones)

Ingredientes: 1 cucharadita de GARAM MASALA (o CURRY POWDER, tipo PUNJABI); 2 cucharaditas de CHILI POWDER; 2 cucharadas de cebolla en polvo; 2 cucharaditas de coriandro molido; sal al gusto; 6 bananas, aún no maduras; 1/2 pote de yoghuri natural.

Hacer una mezcla con los ingredientes secos. Pelar las bananas y cortarlas en rodajitas o bien hacer un puré con ellas. Rociarlas con un poco de jugo de limón, agregarle la mezcla de especias y el yoghurt; mezclar todo y servir como acompañamiento de curries.

7 - BHURTA (cocina india)

(6 porciones)

Ingredientes: 1 cebolla y 2 pimientos verdes, picados muy finamente; el jugo de un limón; 1 cucharadita de CHILI POWDER; 1 cucharadita de jengibre molido (o galanga molida); sal al gusto; 1 cucharadita de aceite de sésamo (o en su defecto, aceite de oliva o manteca), 4 papas medianas cocidas, hechas puré.

Mezclar en orden todos los ingredientes menos el último. Agregarlos al puré de papas, amasando muy bien. Dejar enfriar. Servir como acompañamiento de curries. NOTA: Puede prepararse varias clases de bhurta, reemplazando las papas por 2 o 3 berenjenas, o 2 o 3 pepinos, o 6 tomates, o 2 o 3 zapallitos, ya cocinados.

8 - CANAPÉS DE JAMÓN

Ingredientes: 1 taza de jamón cocido, picado muy fino; 1 cucharada de mayonesa; 1/2 pote de yoghurt natural; 1 cucharadita de CURRY POWDER (HOT o MADRASI); 1/2 cucharadita de CONDIMENTO UNIVERSAL; sal al gusto; tostadas enmantecadas.

Mezclar muy bien todos los ingredientes y untar en las tostadas.

9 - CANAPÉS DE SALMÓN AHUMADO

Ingredientes: 3 cucharadas de crema de leche; 100 gramos de queso blanco; 1 cucharadita de CURRY POWDER (MILD o PUNJABI); 1 cucharadita de CONDIMENTO UNIVERSAL; 4 lonjas de salmón ahumado; 1 pepino en vinagre, cortado en rodajas; aceitunas rellenas con morrones; tostadas.

Mezclar los 4 primeros ingredientes hasta tener una pasta uniforme. Untar abundantemente el salmón, arrollar las lonjas y fijarlas con palillos. Poner en la heladera varias horas. Colocar sobre cada tostada una rodaja de pepino, encima una rodaja fina cortada de los arrollados y coronar con una aceituna rellena.

10 - LANGOSTINOS MARINADOS

Ingredientes: 1/2 taza de aceite; 1 taza de vinagre de vino; 3 tazas de agua; 1 cebolla grande, picada gruesa; 1 cucharada de ESPECIAS PARA MARINADAS; 1 cucharadita de sal; 1 kg de langostinos (o camarones), pelados y limpios.

Mezclar en una cacerola todos los ingredientes menos el último. Hacer hervir, agregar los mariscos y cocinar 5 minutos. Pasar a una ensaladera o a frascos de vidrio, con el líquido, y dejar enfriar. Poner en la heladera 24 horas. Servirlos solos como entremés u hors d'oeuvre, o en canapés con mayonesa sazonada (receta 50).

11 - SAMBAL (cocina india)

Ingredientes: 2 cucharaditas de aceite (de preferencia aceite de sésamo); 2 cucharadas de manteca; 1 diente de ajo, 1 cebolla y 2 pímientos verdes, todos finamente picados; 2 cucharaditas de CURRY POWDER (MADRASI); 4 manzanas verdes, peladas, sin corazón y cortadas en dados; sal y jugo de limón al gusto; coco rallado.

Calentar el aceite, derretir la manteca y freir ligeramente, a fuego suave, el ajo, la cebolla y los pimientos junto con el CURRY POWDER, evitando que se doren. Verter la mezela sobre la manzana, incorporar la sal y el jugo de limón y revolver bien. Espolvorear, si se desea, el coco rallado. Servir, caliente o frio, como acompa ñamiento de curries.

NOTA: Puede prepararse diversas clases de sambal, reemplazando las manzanas por 6 bananas o por 4 tomates, cortados en rodajas, o por un puré hecho con 2 o 3 berenjenas cocidas o con 4 papas cocidas. Se prepara también con camarones o langostinos, limpios y picados, o con huevos duros cortados en cuartos.

12 - SAMOSAS (cocina india)

Ingredientes: 4 cucharadas de manteca; 1 1/2 cucharaditas de CURRY POWDER, del tipo preferido; 1 cucharadita de CHILI POWDER; 2 cucharaditas de cebolla en polvo; sal al gusto; 2 papas, cocidas y cortadas en dados; 2 cucharadas de jugo de limón; 1 taza de harina; 3/4 de taza de leche rebajada con agua; aceite para freir.

Derretir en una sartén la mitad de la manteca y freir 2 minutos el CURRY POWDER, el CHILI POWDER, la cebolla y sal al gusto. Agregar las papas y freir 5 minutos más. Mezclar con el jugo de limón. Tamizar aparte la harina con sal al gusto, incorporar la leche y el resto de la manteca y revolver hasta tener una masa uniforme. Dejar en reposo media hora y amasar hasta que esté bien elástica. Tomar pequeñas porciones y estirarlas en discos finos de unos 6 o 7 centímetros de diámetro. Poner en el centro de cada uno una cucharada de la mezcla de la sartén, doblar por la mitad y cerrar los bordes con agua fría, formando empanaditas. Freirlas en aceite abundante muy caliente hasta que tomen color dorado oscuro. Secarlas en papel absorbente. Se las sirve calientes, como acompañamiento de curries o como un plato en si mismas. Como relleno suele también usarse algún chutney.

SOPAS

13 - BIERSUPPE (cocina alemana)

(4-6 porciones)

Ingredientes: 1/2 litro de leche; 2 cucharaditas de ESPECIAS DULCES; 3 cucharadas de fécula de mandioca; 1 taza y 3 cucharadas de azúcar; 1/2 litro de cerveza blanca; 2 yemas y 2 claras de huevo.

Calentar en una cacerola la leche con las ESPECIAS DULCES. Cuando hierva, agregar la fécula desleida en un poco de agua fría y mezclada con media taza de azúcar. Seguir cocinando, sin dejar de revolver, hasta que espese. Incorporar la cerveza y la otra media taza de azúcar y calentar a fuego vivo. Antes que rompa a hervir, ligar con las yemas. Retirar del fuego y echar a cucharaditas sobre la sopa las claras, previamente batidas con el azúcar restante a punto de nieve. Mantener tapada unos minutos la cacerola, antes de servir.

14-CHOWDER DE PESCADO (cocina escandinava)

(6 porciones)

Ingredientes: 2 cucharadas de aceite de oliva; 3 cucharadas de manteca; 2 cebollas, picadas; 1 tallo pequeño de apio, en rodajas; 2 zanahorias, en rodajas; 2 tazas de caldo de pescado o de gallina; sal y pimienta blanca molida, al gusto; 1 kg de pescado blanco, en trozos; 1 cucharadita de BOUQUET GARNI; 1 yema; 1 taza de crema de leche; rodajas de pan tostado; 1 cucharadita de cardamomo molido.

Calentar el accite y la manteca en una cacerola grande y dorar las cebollas. Agregar las otras legumbres, el caldo, la sal y la pimienta. Cocinar a fuego suave hasta que estén a punto, una media hora, más o menos. Desmenuzar el BOUQUET GARNI e incorporarlo junto con el pescado. Continuar cocinando a fuego suave hasta que esté a punto, unos 15 minutos más. Batir aparte la yema con la crema y agregarla. Calentar un instante, sin dejar que hierva. Poner las tostadas en una sopera y verter encima la sopa. Espolvorear el cardamomo y servir enseguida.

15 - MULLÍGATAWNY (cocina cingalesa)

(4-6 porciones)

Ingredientes: 1 cucharada de manteca; 1 diente de ajo, picado fino; 1 cebolla, picada fina; 1 1/2 cucharadas de CURRY POWDER (HOT o MADRASI); 1 cucharadita de coriandro molido; 1/2 a 1 cucharadita de pimienta de Cayena molida (opcional); 2 cucharaditas de puré de tomate; 1 litro de caldo de carne o de gallina bastante concentrado, caliente; 1/2 cucharadita de azafrán en rama; 2 cucharaditas de pulpa de tamarindo; sal al gusto; el jugo de 1 limón; arroz blanco.

Derretir en una cacerola la manteca y freir 3 o 4 minutos el ajo y la cebolla, a fuego suave y revolviendo. Agregar el CURRY POWDER, el coriandro, la pimienta de Cayena y el puré de tomate y freir 2 o 3 minutos más, sin dejar de revolver. Incorporar el caldo, el azafrán desmenuzado y la pulpa de tamarindo. Hacer hervir, reducir la llama y cocinar a fuego suave, sin tapa, unos 10 minutos. A último momento, agregar la sal y el jugo de limón y pasar por tamiz grueso. Esta sopa se sirve siempre muy caliente, ya sea poniendo previamente en cada plato 1 o 2 cucharadas de arroz blanco, o bien presentando en la mesa la sopera y un bol grande con el arroz, de modo que cada comensal que desée agregarlo a su sopa, pueda hacerlo según su gusto. En Ceilán es costumbre acompañar algún chutney y pickles de lima.

16-SOPA DE ZAPALLO (cocina india)

(6 porciones)

Ingredientes: 100 gramos de manteca; 500 gramos de zapallo, ya pelado, sin semillas y cortado en trozos; 3 cebollas medianas, cortadas en rodajas finas; 2 cucharaditas de CURRY POWDER (HOT o MADRASI); 1 cucharadita de CHILI POWDER; 1 litro de caldo de verduras, caliente; 10 granos de pimienta negra; 1/2 cucharadita de ajo en polvo; 1 cucharada de salsa inglesa, tipo Worcester; sal al gusto; 2 huevos duros, picados; perejil picado.

Derretir la manteca en una cacerola y freir 5 minutos el zapallo, a fuego fuerte. Incorporar las cebollas, el CURRY POWDER y el CIIILI POWDER y freir otros 5 minutos. Agregar el caldo, la pimienta y el ajo. Hacer hervir, reducir la llama y cocinar a fuego suave hasta que el zapallo esté muy blando. Pasar por tamiz e incorporar la salsa inglesa y la sal. Decorar con el huevo y el perejil y servir caliente.

17-SOPA FINES HERBES (cocina francesa)

(6 porciones)

Ingredientes: 50 gramos de manteca; 1/2 taza de harina; 3 cucharadas de FINES HERBES; 1 cucharadita de QUATRE EPICES; sal al gusto; 4 tazas de caldo caliente; 1 yema; 2 cucharadas de leche; tostones (opcional).

Derretir la manteca en una cacerola, agregar la harina, los condimentos y la sal y calentar 2 o 3 minutos, revolviendo. Incorporar de a poco el caldo, sin dejar de remover para que no se formen grumos. Cocinar a fuego suave unos 20 minutos. Un momento antes de servir, batir aparte la yema con la crema y verter en la sopera. Servir bien caliente, esparciendo tostones por encima, si se desea.

PESCADOS - MARISCOS

18-CURRY DE PESCADO (cocina malaya)

(4 porciones)

Ingredientes: 1 cebolla, picada; 2 manzanas verdes, peladas y picadas; 2 cucharadas de manteca; 1 cucharada de CURRY POWDER (MADRASI); 1 cucharadita de galanga molida; 2 cucharaditas de fécula de mandioca; 1 taza de agua; 1 taza de leche; 3 tazas de pescado cocido, en trozos pequeños; 1/2 cucharadita de pimienta de Cayena molida; sal al gusto; el jugo de 1 limón; arroz blanco; coco rallado.

Dorar la cebolla y las manzanas en la manteca, en una cacerola. Incorporar el CURRY POWDER, la galanga y la fécula, removiendo, y luego el agua y la leche. Hacer hervir, reducir la llama y cocinar suavemente hasta que se espese, una media hora. Agregar el pescado, la Cayena, la sal y el jugo de limón y calentar sin dejar que hierva. Poner un borde de arroz en una fuente y verter en el centro el pescado con su salsa. Espolvorear el coco y servir. Acompañar ananá en dados, banana fresca y banana frita, en rodajas, coco rallado, maní frito y pasas rubias sin semillas. NOTA: Puede reemplazarse el pescado por langostinos, pollo o carne, ya cocinados.

19 - KOFTAH DE LANGOSTINOS (cocina india)

(3-4 porciones)

Ingredientes: 500 gramos de langostinos limpios (o bien camarones, langosta o cualquier pescado ya cocido); 2 cebollas y 2 pimientos verdes, picados finamente; 1 cucharada de harina; 1 huevo; 1 cucharada de CURRY POWDER (HOT o MADRASI); sal al gusto; 2 cucharadas de aceite (de preferencia aceite de sésamo); 2 cucharadas de manteca; 1 diente de ajo, picado; 1 cucharada de GARAM MASALA; 3 hojas de laurel; 1 taza de leche de coco; 1 cucharada de jugo de limón.

Hacer una pasta con los langostinos y mezclarlos con la mitad de la cebolla y con los pimientos, la harina, el huevo, el CURRY POWDER y sal al gusto, removiendo hasta tener una pasta uniforme. Con las manos enharinadas, formar aproximadamente una docena de koftahs, albondiguillas del tamaño de una nuez grande. Calentar el aceite en una cacerola, derretir la manteca y freir unos minutos la cebolla restante y el ajo, a fuego suave y sin dorar. Incorporar el GARAM MASALA y el laurel y cocinar 3 minutos más. Agregar de a poco la leche de coco, revolviendo. Hacer hervir, incorporar el jugo de limón y más sal, reducir la llama y tapar la cacerola. Cocinar suavemente, revolviendo de vez en cuando, hasta que se espese, unos 10 a 15 minutos. Echar las koftahs en la cacerola y cocinar sin tapa 10 minutos. No revolver, pero sacudir la cacerola a menudo para que no se peguen. Servir bien caliente.

NOTA: La leche de coco puede prepararse mezclando 6 cucharadas de coco rallado con una taza de leche hirviendo. Calentar unos minutos, dejar reposar y filtrar por tela varias veces, exprimiendo muy bien.

20-LENGUADO VERONIQUE (cocina francesa)

(6 porciones)

Ingredientes: 1 cucharadita de CONDIMENTO PARA PESCADOS: 1 cucharadita de pimienta blanca molida; 1 cucharadita de sal; 6 filets de lenguado; 1 taza de caldo de pescado o de gallina, caliente; 1/2 taza de vino blanco seco; 1 taza de uvas blancas, peladas y sin semillas; 1/2 taza de crema de leche; 2 cucharadas de manteca; 1 cucharada de harina; pimentón dulce y ramitos de perejil, para decorar.

Combinar los 3 primeros ingredientes. Aplastar bien los filets y frotarlos con la mezcla preparada. Doblarlos en dos y ponerlos en una sartén enmantecada. Agregar el caldo y el vino, tapar y cocinar, suavemente hasta que estén a punto, más o menos 10 minutos. Pasar los filets a una fuente para horno, decorar con las uvas y conservarlos calientes. Mantener la sartén a fuego suave hasta que el líquido se reduzea a la mitad. Agregar la crema y la manteca, revolviendo. Hacer una pasta con la harina y un poco de agua e incorporarla, removiendo constantemente hasta que se espese. Verter la salsa sobre el pescado y hornear unos minutos, sin dejar que se dore. Espolvorear el pimentón, decorar con el perejil y servir enseguida.

21-PESCADO A LA PARRILLA

(4-6 porciones)

Ingredientes: 100 gramos de manteca (o margarina); 1 1/2 cucharadas de CONDI-MENTO PARA PESCADOS; sal al gusto; 4 cucharadas de jugo de limón; 3 pescados medianos, enteros y limpios. Derretir la manteca y agregar los demás ingredientes, salvo el último. Untar los pescados, por dentro y por fuera, con una parte de la mezcla. Cocinar en parrilla hasta que estén a punto, remojando a menudo con el resto de la manteca sazonada.

22-PESCADO CON ALMENDRAS (cocina francesa)

(6 porciones)

Ingredientes: 1 kg de filets de pescado; 50 gramos de manteca derretida; 1 cucharadita de ESPECIAS FINAS; 1/2 cucharadita de cebolla en polvo; sal al gusto; 1/4 de taza de almendras peladas; 2 cucharadas de jugo de limón; perejil picado.

Untar los filets con la mitad de la manteca y espolvorear los condimentos y la sal. Ponerlos en una fuente para horno enmahtecada y cocinar en horno moderado o al infrarrojo, hasta que estén a punto. Mientras tanto, pasar por agua hirviendo las almendras, quitarles los hollejos, picarlas y dorarlas en la manteca restante. Agregar el jugo de limón, revolviendo, y verter sobre el pescado cuando éste haya alcanzado su punto. Espolvorear el perejil y servir enseguida.

23-PESCADO RELLENO

Ingredientes: 1/2 taza de apio picado; 1/2 taza de cebolla picada; 150 gramos de manteca; 2 cucharadas de CONDIMENTO PARA PESCADOS: 1 cucharadita de hisopo; un trozo de cáscara de limón, picada; sal al gusto ; 1 huevo, batido; 3 tazas de miga de pan, apretada; 1 pescado de 2 kg, entero y limpio; 1 cucharada de jugo de limón; rodajas de limón; clavos de olor; gajos de tomate; ramitos de perejil.

Dorar el apio y la cebolla en 100 gramos de manteca. Agregar la mitad del CONDIMENTO PARA PESCADOS, el hisopo desmenuzado, la cáscara de limón y la sal, mezclando muy bien. Retirar del fuego e incorporar el huevo y la miga, removiendo. Rellenar con esto el pescado, sin apretar. Cerrar los bordes con palillos y atar. Colocarlo, sobre papel de aluminio, en una fuente para horno. Untarlo con la manteca que quedó, derretida y mezclada con el resto del CONDIMENTO PARA PESCADOS y el jugo de limón. Cocinar en horno caliente hasta que esté a punto, de 50 a 60 minutos, remojando con frecuencia con la manteca sazonada. Insertar en cada rodaja de limón un clavo de olor y decorar con ellas, el tomate y el perejil. Servir enseguida.

24-RANAS FINES HERBES (cocina francesa)

(6 porciones)

Ingredientes: 2 doccnas de ranas; 2 litros de agua; 1/2 taza de vinagre; 1/2 taza de leche; 1/2 taza de harina; 100 gramos de manteca; 2 cucharadas de FINES HERBES; 2 dientes de ajo, picados; 1 cucharadita de cebolla picada; rodajas de limón y perejil picado, para decorar.

Emplear sólo las ancas de las ranas. Lavarlas bien y dejarlas 10 minutos en el agua y el vinagre. Secarlas, remojarlas en la leche y pasarlas por la harina. Saltearlas en la manteca 5 minutos, en una sartén, y ponerlas en una fuente caliente. Desmenuzar las FINES HERBES y agregarlas en la sartén con el ajo y la cebolla. Dejar reducir y verter sobre las ranas. Decorar con el limón y el perejil y servir.

AVES

25-FRICASSEE DE POLLO (cocina francesa)

(6 porciones)

Ingredientes: 1 pollo de 1 1/2 kg. en trozos; 1 1/2 litros de agua; 1 cebolla y 1 zanahoria, en rodajas; 2 cucharaditas de **BOUQUET GARNI**; 50 gramos de manteca; 1 taza de vino blanco seco; sal y **pimienta blanca molida**, al gusto; 100 gramos de champignons; 2 yemas; 5 cucharadas de crema de leche; arroz blanco.

Colocar el pollo en una cacerola con el agua, las legumbres y el BOUQUET GARNI. Cocinar con llama mediana 20 minutos. Retirar los trozos, secarlos y saltearlos en la manteca en otra cacerola, sin dejar que se doren. Cubrir con el vino y una taza del caldo en que se cocinó. Sazonar con sal y pimienta. Cocinar a fuego vivo unos minutos, reducir la llama y continuar la cocción hasta que esté a punto, una media hora. Poner las presas en una fuente y mantener caliente. Dejar aparte 10 champignons y cortar en rodajitas el resto. Pasar la salsa por tamiz, agregar los champignons cortados y hacer reducir a la mitad. A último momento, incorporar las yemas batidas con la crema, revolviendo sin cesar. Verter sobre el pollo esta salsa y guarnecer alrededor con el arroz y los champignons enteros dejados aparte. Servir enseguida.

26-HÍGADOS DE POLLO SALTEADOS

(6 porciones)

Ingredientes: 50 gramos de manteca; 3 cubitos de caldo de gallina, desmenuzados; 2 cucharaditas de ESPECIAS FINAS; una pizca de ajo en polvo; 1 cucharadita de cebolla en polvo; sal al gusto; 750 gramos de higados de pollo, cortados en mitades; 1 cucharadita de ajedrea; tostadas enmantecadas.

Derretir la manteca en una sartén y agregar los demás ingredientes, salvo los 3 últimos, removiendo. Pinchar los higados en varias partes e incorporarlos. Espolvorear la ajedrea y saltear 5 minutos. Servir caliente, sobre las tostadas.

27 - MOORGHI KORMA (cocina paquistani)

(4 porciones)

Ingredientes: 2 potes de yoghurt natural; 1 cucharada de almendras peladas, picadas muy fino; 1 cucharada de coco rallado; 1 cucharadita de cúrcuma molida; una pizca de pimienta de Cayena molida; 2 dientes de ajo, picados; 2 cucharadas de cebolla picada; 1 pollo, en trozos; 2 cucharadas de aceite; 100 gramos de manteca; 2 cucharadas de GARAM MASALA; sal al gusto; el jugo de 1 limón; arroz blanco.

Mezclar los 5 primeros ingredientes con la mitad del ajo y de la cebolla. Marinar el pollo 2 horas en la mezcla, en lugar fresco. Calentar bien el aceite en una cacerola, derretir la manteca y freir 2 o 3 minutos el ajo y la cebolla restantes, a fuego suave, junto con el GARAM MASALA. Agregar el pollo con su marinada y la sal, remover y hacer hervir. Reducir la llama y tapar muy bien la cacerola, intercalando una tela si fuere necesario. Cocinar a fuego muy suave, sin revolver ni agregar liquido, hasta que esté a punto, más o menos 1 1/2 horas. Rociar con el jugo de limón y servir caliente con arroz blanco. Acompañar los entremeses de la receta 40.

28-MUSLOS DE POLLO ESTILO SHANGHAI (cocina china)

(4-5 porciones)

Ingredientes: 10 muslos de pollo; 2 1/2 cebollas; 2 trozos de jengibre (o galanga); 1 cucharadita de sal; 2 cucharadas de panceta picada; 2 cucharaditas de CURRY POWDER (HOT); 1/2 cucharadita de HUNG-LIU; 2 cucharaditas de azúcar; 1 cucharada de salsa de soja; 1/2 cucharada de salsa chili; 2 cucharadas de puré de tomate; 1/2 taza de caldo de gallina; 1 cucharada de fécula de mandioca.

Cocinar 2 minutos el pollo en agua hirviendo. Escurrirlo, colocarlo en una fuente de vidrio para horno y agregar dos cebollas cortadas en gajos, el jengibre y la mitad de la sal. Poner la fuente sobre un recipiente con agua hirviendo y cocinar al vapor unos 45 minutos. Entretanto, calentar la panceta en una sartén, agregar la media cebolla restante picada fina y freir con llama mediana 2 minutos. Incorporar el CURRY POWDER y el resto de la sal y freir 1 minuto más. Agregar el HUNG-LIU y el azúcar, y luego las salsas, el puré de tomate y el caldo. Cocinar, sin dejar de revolver, 1 1/2 minutos. Desleir la fécula en un poco de agua, incorporarla y seguir cocinando, siempre revolviendo, hasta que la salsa se espese. Cuando el pollo esté tierno, retirar el jengibre y las cebollas y pasarlo a una fuente caliente. Verter encima la salsa de la sartén y servir enseguida.

29-PATO LAQUEADO ESTILO PEKING (cocina china)

(6 porciones)

Ingredientes: 1 cucharada de HUNG-LIU; 1 cucharada de cúrcuma molida; 1 cucharada de jengibre molido; sal al gusto; 1 pato de unos 2 kg, entero y limpio; 2 cucharadas de cebolla en polvo; 1/2 taza de aceite (de preferencia aceite de sésamo); 4 cucharadas de salsa de soja; 2 cucharadas de azúcar rubia (tipo Demerara); 1 cucharada de puré de tomate; 1/2 cucharadita de pimentón picante; arroz blanco o legumbres cocidas.

Combinar los 4 primeros ingredientes, frotar el pato, por dentro y por fuera, con la mitad de esto y dejar reposar 3 horas. Impregnarlo con la mitad restante, mezclada con la cebolla y 4 cucharadas de aceite. Cocinar al vapor unas 3 horas (calcular 90 minutos por kg), en una rejilla puesta sobre una cacerola con agua hirviendo. Preparar la laca mientras tanto, mezclando los demás ingredientes, salvo el arroz, con el aceite restante. Cuando haya transcurrido el tiempo indicado, pasar el pato a una asadera y cocinar en horno caliente 10 minutos por lado, pincelando a menudo con la laca. Retirar cuando esté crocante y de color dorado oscuro. Cortar en rebanadas finas y servir con arroz blanco, o bien con legumbres cocidas.

30-PAVITA AL CHOCOLATE (cocina mejicana)

(8 porciones)

Ingredientes: 250 gramos de miga de pan; 1/2 taza de leche; 2 cebollas, picadas fino; 50 gramos de manteca; 150 gramos de carne de salchicha; 3 huevos; 5 cucharadas de CHILI POWDER; sal y pimienta negra molida, al gusto; 1 cucharadita de CONDIMENTO UNIVERSAL; 1/4 de cucharadita de ajo en polvo; 1 pavita de 2 kg, entera y limpia; grasa de cerdo; 1 taza de pulque (o vino blanco seco con un poco de grappa); 1/2 taza de crema de leche; 1 1/2 tazas de cacao en polvo (o chocolate rallado).

Remojar la miga en la leche entibiada. Cocinar la cebolla en la manteca 20 minutos, a fuego suave y con la cacerola tapada. Pasarla a un bol y mezclarla con la miga exprimida, la carne de salchicha, los huevos ligeramente batidos, 4 cucharadas de CHILI POWDER, la sal y los condimentos. Rellenar con esto la pavita, atarla y untarla con la grasa mezclada con el restante CHILI POWDER. Cocinarla en asadera en horno caliente hasta que esté a punto, más o menos 1 1/2 horas. Retirarla, desatarla y mantenerla caliente. Incorporar el pulque en la asadera, rascar bien y pasar el líquido a una cacerola, calentando suavemente. Mezclar la crema con el cacao y agregar, batiendo enérgica y continuamente hasta que se espese. Servir la pavita con parte de esta salsa por encima y presentar el resto en una salsera.

31-PERDICES CON UVAS (cocina francesa)

(4 porciones)

Ingredientes: 4 perdices, enteras y limpias; 4 lonjas de panceta; 50 gramos de manteca; 1 cucharadita de ESPECIAS FINAS; 1 cucharadita de CONDIMENTO

PARA AVES; sal y pimienta blanca molida, al gusto; 2 tazas de uvas blancas, peladas y sin semillas; 1/4 de taza de coñac; 4 rodajas de pan, doradas a la manteca.

Envolver cada perdiz, del lado de la pechuga, con una lonja de panceta. Atarlas con las patas hacia atrás. Calentar en una cacerola la manteca, agregar los condimentos y la sal y saltearlas con las uvas unos 20 minutos. Desatarlas, quitar la panceta y volverlas a la cacerola. Rociar con el coñac y encender. Cuando se apague, calentar 5 minutos, haciendo reducir. Colocar las perdices en una fuente, sobre el pan frito, guarnecer alrededor con las uvas, verter encima la salsa y servir.

32 - POLLO U OTRAS AVES ASADAS

Ingredientes: 1/2 cucharadita de CONDIMENTO DE MOSTAZA; 1 cucharada de CONDIMENTO PARA AVES; sal y pimienta blanca melida, al gusto; 1 pollo mediano, entero y limpio; 50 gramos de manteca derretida (o aceite); 2 cucharadas de jugo de limón; 1 cucharada de coñac (opcional).

Combinar los 4 primeros ingredientes y frotar con una parte de esto el pollo, por dentro y por fuera. Luego impregnarlo bien con lo que quedó mezclado con los restantes ingredientes. Cocinar en horno suave, a la parrilla o al spiedo hasta que esté a punto, remojando con frecuencia con la manteca sazonada. Para un pato o un pavo, aumentar proporcionalmente las cantidades.

33 - RELLENO TIPO PARA AVES

Ingredientes: 1/4 de taza de apio picado; 1/4 de taza de cebolla picada; 100 gramos de manteca; 4 tazas de miga de pan seca, en dados; 1 cucharada de CONDIMENTO PARA AVES; 1 cucharada de perejil desecado en hojas; sal y pimienta blanca molida, al gusto; 1/4 de taza de caldo de gallina, caliente.

Saltear el apio y la cebolla en la manteca bien caliente. Mezclar con los demás ingredientes, salvo el último. Remover bien y remojar con el caldo. Esta cantidad basta para un pollo grande; para un pato o un pavo pequeño, duplicar las cantidades. Si se desea, se puede agregar al relleno de 1/4 a 1/2 taza de almendras peladas, hongos secos remojados, pasas de uva sin semillas o piñones.

CARNES

34-CERDO ASADO ESTILO CANTÓN (cocina china)

(4 porciones)

Ingredientes: 1/2 taza de salsa de soja; 2 cucharadas de vino Jerez; 1 cucharadita de HUNG-LIU; 1/2 cucharadita de FINES HERBES; 1 diente de ajo, picado fino; 1/2 cucharadita de glutamato monosódico (Aji-No-Moto); 1 cucharada de azúcar; 1/2 cucharadita de sal; 1 kg de lomo de cerdo, cortado en lonjas de unos 4 centímetros de ancho; 2 cucharadas de aceite (de preferencia aceite de sésamo); 2 cucharadas de miel de abejas; 2 cucharadas de salsa chili; arroz blanco.

Mezclar la mitad de la salsa de soja con los 7 siguientes ingredientes y verter sobre el cerdo, en un bol grande. Dejar marinar en lugar fresco 2 horas, removiendo cada tanto. Retirar el cerdo, escurrirlo y ponerlo en una parrilla colocada sobre una asadera con agua. Cocinar en horno caliente de 12 a 15 minutos. Remojar con la marinada del bol mezclada con el aceite. Reducir la temperatura a moderada, pincelar con la miel y asar 5 minutos más. Cortar en tiras finas y servir acompañado con arroz blanco y una salsa preparada mezclando la restante salsa de soja con la salsa chili, o bien con salsa china (receta 55).

35-CERDO SALTEADO (cocina china)

(4 porciones)

Ingredientes: 1/2 taza de aceite (de preferencia aceite de sésamo); 400 gramos de lomo de cerdo, cortado en láminas finas; 1 diente de ajo, picado: 1 cebolla, picada; 1/2 cucharadita de HUNG-LIU; 1 1/2 cucharaditas de QUATRE EPICES; sal al gusto; gajos de tomate; arroz blanco.

Calentar el aceite a fuego fuerte en una sartén y saltear 7 minutos el cerdo, el ajo y la cebolla. Agregar las especias y la sal, reducir la llama y cocinar 10 minutos más. Servir caliente, decorando con el tomate. Acompañar arroz blanco.

36 - CONEJO CON CIRUELAS (cocina francesa)

(6 porciones)

Ingredientes: 1/4 kg de ciruelas secas, sin carozo; 1 litro de vino tinto fino; 1/2 taza de vinagre; 2 cucharaditas de FINES HERBES; 1 cucharadita de QUATRE EPICES; 1 conejo de 1 1/2 kg, limpio y trozado; 50 gramos de manteca; 125 gramos de panceta, en dados; 2 cucharadas de harina; sal y pimienta blanca molida, al gusto; 2 tazas de pasas negras sin semillas; 1 cucharada de jalea de arándano (o jalea de grosella).

Poner en remojo las ciruelas 24 horas antes. Mezclar en una cacerola la mitad del vino con el vinagre, las FINES HERBES y las QUATRE EPICES y dar un hervor. Dejar enfriar completamente y verter sobre el conejo, en un recipiente de barro o hierro enlozado. Tapar y dejar marinar una noche en lugar fresco. Al día siguiente,

sacar la carne y secarla. Derretir la manteca en una cacerola y saltear la panceta. Retirarla, poner el conejo en la cacerola y dorarlo. Reponer la panceta, espolvorear la harina y agregar el vino restante, la mitad de la marinada, la sal, la pimienta, las pasas y las ciruelas escurridas. Tapar la cacerola y cocinar á fuego suave hasta que esté a punto, aproximadamente una hora. Retirar la carne y ligar la salsa con la sangre del conejo o con harina, agregando también la jalea. Servir con la salsa.

37 - COSTILLAS DE CORDERO A LA NARANJA

(4 porciones)

Ingredientes: 4 costillas de cordero, cortadas gruesas; 1 cucharadita de ESPECIAS FINAS: 1/2 cucharadita de CONDIMENTO UNIVERSAL; sal al gusto; 1 taza de caldo caliente; 2 cucharaditas de cáscara de naranja rallada, 1 cucharada de jalea de arándano (o jalea de grosella); 2 cucharaditas de BOUQUET GARNI; 1 cucharadita de melisa; 1/2 taza de vino Jerez o vino blanco seco; arroz blanco o puré de papas.

Dorar las costillas en una sartén, escurrirles la grasa y pasarlas a una fuente para horno. Espolvorearlas con los 3 siguientes ingredientes mezclados. Agregar el caldo, la cáscara rallada y la jalea en la grasa que quedó en la sartén. Calentar a fuego suave, revolviendo constantemente, hasta disolver la jalea. Incorporar el BOUQUET GARNI y la melisa, desmenuzados, junto con el vino. Mezclar bien, verter sobre el cordero y cocinar en horno moderado, con la fuente tapada, hasta que esté a punto, alrededor de una hora. Servir con arroz blanco o con puré de papas. Si se desea, puede espolvorearse este último con QUATRE EPICES.

38-KHEEMA MATTAR (cocina paquistaní)

(4 porciones)

Ingredientes: 3 cucharadas de aceite (o manteca); 2 cucharadas de CURRY POWDER (HOT o MADRASI); 1 cebolla, picada; 500 gramos de carne picada (cordero o vaca); 4 tomates, picados; 1 lata de arvejas pequeñas; 1 cucharadita de CHILI POWDER; sal al gusto; 1/2 cucharadita de GARAM MÁSALA; arroz blanco.

Calentar en una sartén el aceite, agregar el CURRY POWDER y la cebolla y saltearla hasta dorarla, removiendo. Incorporar la carne y los tomates, mezclando bien. Cocinar a fuego suave 15 minutos. Agregar las arvejas, el CHILI POWDER y la sal. Tapar la sartén y cocinar a fuego muy suave hasta que esté a punto. Espolvorear el GARAM MÁSALA y servir acompañado con arroz blanco.

39-LIEBRE A LA NICOISE (cocina francesa)

(6 porciones)

Ingredientes: 1/2 taza de aceite de oliva; 1 liebre, limpia y trozada; 2 cucharadas de coñac; 1 botella (700 cc.) de vino Borgoña tinto; 2 cucharaditas de BOUQUET GARNI; 1 cucharadita de QUATRE EPICES; 1 cucharadita de hisopo; sal al gusto; 12 cebollas pequeñas; 100 gramos de aceitunas negras; 250 gramos de salchichitas.

Calentar bien el aceite en una cacerola y dorar la liebre. Rociar con el coñac y encenderlo. Cuando se apague, agregar el vino, los condimentos y la sal. Cocinar a fuego suave una hora. Pasar las cebollas por agua hirviendo, escurrirlas y agregarlas junto con los restantes ingredientes. Cocinar una hora más. Pasar la carne a una fuente y mantenerla caliente. Hacer reducir la salsa de la cacerola hasta la consistencia adecuada, verterla en la fuente y servir enseguida.

40 - MADRASI CURRY (cocina india)

(6-8 porciones)

Ingredientes: 100 gramos de manteca (o grasa); 4 dientes de ajo y 3 cebollas medianas, picados fino; 3 cucharadas de CURRY POWDER (MADRASI); 2 cucharadas de ají molido fino; 2 cucharaditas de galanga molida; 1 kg de carne de cordero o de vaca, desgrasada y cortada en trozos pequeños; 1 1/2 cucharadas de puré de tomate; 1 taza de agua; sal al gusto; el jugo de 2 limones; 2 cucharadas de coco rallado; arroz blanco.

Derretir en una cacerola la manteca y freír 3 o 4 minutos el ajo y la cebolla. Agregar las 3 siguientes especias y freír otros 4 minutos, revolviendo sin cesar. Incorporar la carne, mezclar bien y cocinar 10 minutos más, removiendo a menudo. Agregar el puré de tomate y el agua, hacer hervir, reducir la llama y tapar la cacerola. Cocinar a fuego suave hasta que la carne esté tierna y la salsa espesa, más o menos 11/2 horas. Si es imprescindible, agregar más agua. A lo último, incorporar la sal y el jugo de limón y espolvorear el coco. Servir con arroz blanco. Para mantener el estilo indio, presentar boles con algunos de los siguientes entremeses: almendras peladas; bananas al garam másala (receta 6) o pisadas; coco rallado; chutneys y pickles indios; jengibre abrillantado; pasas de uva; kitchri (receta 46); sarnosas (receta 12) y varias clases de bhurta (receta 7) y de sambal (receta 11).

41 - MARINADAS PARA CARNE O PESCADO

Ingredientes: un poco de apio; 1 cebolla mediana; 1 zanahoria; 1 cucharadita de perejil desecado en hojas; 3 cucharadas de ESPECIAS PARA MARINADAS; una pizca de ajo en polvo (opcional); 1 botella (700 c.c.) de vino blanco seco o tinto, según el plato a preparar; 2 cucharadas de coñac.

Poner la carne o el pescado en un recipiente de barro o enlozado y esparcir encima y alrededor las legumbres picadas y el perejil. Agregar los demás ingredientes y dejar

marinar en lugar fresco, removiendo con frecuencia. El tiempo necesario varía desde unas horas hasta algunos días, en el caso de carnes de caza. Para estas últimas, agregar 8 o 10 bayas de enebro pisadas y una cucharada de hisopo, reemplazando el coñac por una taza de aceite. Las marinadas cocidas se preparan en igual forma, pero con vinagre en vez de coñac; se da un hervor y se deja enfriar antes de poner las piezas. Unas y otras suelen luego emplearse en la cocción de los platos.

42 - PAN DE CARNE (4 porciones)

Ingredientes: 1 taza de miga de pan, desmenuzada; 1/2 taza de leche; 1 cucharadita de BOUQUET GARNI; 1 cucharada de CHILI POWDER; 1 cucharadita de ESPECIAS FINAS; 1 cucharadita de CONDIMENTO DE MOSTAZA; 1 cucharadita de CONDIMENTO UNIVERSAL; 2 cucharadas de cebolla en polvo; 1 cucharada de cebolla de verdeo picada (o puerro en polvo); 1 cucharadita de sal; 1 huevo; 500 gramos de carne de vaca picada.

Poner en un bol la miga de pan y verter encima la leche hirviendo. Desmenuzar el BOUQUET GARNI y mezclarlo con la miga y los restantes ingredientes, salvo los 2 últimos. Agregar el huevo, batiendo, y luego la carne, removiendo con cuidado. Dar forma al pan con las manos y cocinarlo en una asadera, en horno moderado, hasta el punto deseado. Servir caliente con legumbres a la manteca o puré de papas. NOTA: Puede reemplazarse la leche por caldo, jugo de tomate o vino.

43-SEEKH KABAB (cocina iraquesa)

(4 porciones)

Ingredientes: 1 kg de paleta o pierna de cordero, en cubos; 1 cucharadita de BOUQUET GARNI; 4 cucharaditas de ESPECIAS PARA MARINADAS; 1 cucharada de CONDIMENTO UNIVERSAL; 2 cucharadas de aceite de oliva; 1/2 taza de vinagre; 1 taza de vino Jerez; arroz blanco.

Poner la carne en un recipiente de barro o enlozado. Desmenuzar el BOUQUET GARNI, machacar las ESPECIAS PARA MARINADAS y mezclar con los demás ingredientes. Verter sobre el cordero y dejar marinar una noche en la heladera. Al otro día, ensartar los trozos en brochettes y cocinar al carbón, al infrarrojo o al horno hasta que estén a punto. Girar con frecuencia las brochettes y remojar con la marinada. Puede alternarse la carne con cebollitas y trozos de pimiento y de tomate. Servir con arroz blanco, decorando con cebollas, nueces peladas y pasas sin semillas.

LEGUMBRES

44-ALOO DUM (cocina india)

(4 porciones)

Ingredientes: 750 gramos de papas pequeñas; aceite para freír; 2 cucharaditas de aceite (de preferencia aceite de sésamo); 3 cucharadas de manteca; 4 cucharaditas de CURRY POWDER (HOT o MADRASI); 1 pote de yoghurt natural; 3 cucharadas de agua; 1 cucharadita de GARAM MASALA; sal al gusto.

Hervir las papas y pelarlas. Freirlas en aceite abundante muy caliente. En una cacerola, calentar las 2 cucharaditas de aceite, derretir la manteca y freír 2 o 3 minutos el CURRY POWDER, revolviendo sin cesar. Impregnar las papas con el yoghurt e incorporarlas en la cacerola. Cocinar a fuego suave 7 minutos, revolviendo. Agregar el agua, tapar la cacerola y cocinar 5 minutos más. A último momento, espolvorear el GARAM MASALA y la sal. Servir caliente.

45-CHOP-SUEY (cocina china)

(4-6 porciones)

Ingredientes: 1/2 taza de aceite (de preferencia aceite de sésamo); 1 cebolla, picada fina; 1 puerro, picado; 1 zanahoria, rallada; 50 gramos de brotes de bambú, cortados en tiras; 50 gramos de brotes de soja; 50 gramos de champignons, en rodajitas; 50 gramos de hongos secos, remojados y escurridos; 1/2 taza de carne de cerdo picada; 1/2 taza de langostinos picados; 1 cucharadita de HUNG-LIU; 1/2 cucharadita de coriandro molido; sal al gusto; 1 cucharadita de fécula de mandioca; 2 tazas de caldo de gallina, caliente; 3 cucharadas de salsa de soja.

Cocinar en el aceite todos los ingredientes, menos los 3 últimos, durante 20 minutos a fuego suave. Remover a menudo para que no se peguen. Desleír la fécula en el caldo, agregarla y cocinar 3 minutos más. Servir caliente, separando cada componente dentro de la misma fuente y rociando con la salsa de soja.

46 - KITCHRI (KEDGEREE) (cocina india)

(6-8 porciones)

Ingredientes: 350 gramos de arroz de grano largo; 125 gramos de lentejas; 200 gramos de manteca (o grasa de vaca); 1/2 cucharadita de ajo picado muy fino; cebolla picada; 2 cucharadas de GARAM MASALA; 1/2 cucharadita de galanga molida; 6 granos de pimienta de Jamaica; 2 cucharaditas de azafrán en rama (o cápsulas de azafrán molido); 1 cucharada de pulpa de tamarindo; sal al gusto; agua hirviendo; 2 cucharadas de leche; rodajas de huevo duro; rodajas de cebolla frita.

Mezclar el arroz y las lentejas, lavarlos bien y dejarlos en remojo por lo menos una hora. Derretir la manteca en una cacerola grande y freir unos minutos, a fuego suave y sin dejar dorar, el ajo, la cebolla, el GARAM MASALA, la galanga y la pimienta de Jamaica. Escurrir el arroz y las lentejas y agregarlos, junto con el azafrán, el tamarindo y la sal. Remover con cuidado con una espátula de madera y cocinar 4 o 5 minutos más a fuego muy suave. Cubrir con el agua hirviendo hasta sobrepasar tres dedos el nivel del contenido y tapar muy bien la cacerola, intercalando un trozo de tela si fuere necesario. Cocinar muy suavemente, sacudiendo de tanto en tanto la cacerola pero sin revolver, hasta que se haya absorbido toda el agua. Pasar a una fuente caliente y rociar con la leche. Servir caliente, adornado con el huevo y la cebolla. Se suele también servir como acompañamiento de curries.

47 - MARINADAS PARA LEGUMBRES (PICKLES)

Ingredientes: 6 cucharadas de ESPECIAS PARA MARINADAS; 1 litro de vinagre, puro o diluido con agua. Estas cantidades bastan para 1 Kg. de legumbres.

Lavar bien las legumbres y cortarlas en trozos. Los pepinos, porotos o tomates se dejan una noche espolvoreados con sal, a razón de 2 cucharadas por kilogramo. Para cebollas, coliflores o repollos disolver, por cada kilogramo, 6 cucharadas de sal en 1 litro de agua fría; dejarlas una noche sumergidas en la salmuera, con un peso encima para que no sobresalgan. En ambos casos, al día siguiente escurrirlas, secarlas y ponerlas en frascos de vidrio. Preparar la marinada y hervirla 3 minutos. Dejarla reposar varias horas y verterla en los frascos, cubriendo completamente las legumbres. Estas pueden ser también ligeramente cocidas en la marinada. Un resultado óptimo se logrará usando vinagre aromatizado (ver receta en el artículo ESPECIAS PARA MARINADAS, página 4).

48 - PAKORA (cocina india)

Ingredientes: 1 1/2 tazas de harina de garbanzos; 1 taza de agua; 1 cucharadita de GARAM MASALA; 1 cucharadita de CHILI POWDER; 1/2 cucharadita de cúrcuma molida; sal al gusto; legumbres cortadas en trozos (apio, berenjenas, cebollas, coliflor, pepinos, zanahorias, etc. y también huevos duros); aceite para freír.

Tamizar la harina y trabajarla con el agua hasta tener una pasta espesa, batiendo hasta que quede uniforme. Dejar reposar media hora, agregar las especias y la sal y mezclar bien. Impregnar con esta pasta las legumbres y freirías en aceite abundante muy caliente, hasta que estén doradas. Servir acompañando algún chutney.

49 - PILLAU (PILAF) (cocina india)

(4-6 porciones)

Ingredientes: 2 tazas de arroz de grano largo; 1/2 cucharadita de azafrán en rama; 2 cucharadas de aceite (de preferencia aceite de sésamo); 100 gramos de manteca; 1 cebolla, picada; 1 1/2 cucharadas de GARAM MASALA; 1/4 de cucharadita de ajo en polvo; sal al gusto; agua hirviendo; 4 cucharadas de almendras peladas, picadas; 1/2 taza de pasas rubias sin semillas, remojadas y escurridas.

Lavar varias veces el arroz y dejarlo 2 horas en remojo. Desmenuzar el azafrán y ponerlo en media taza de agua hirviendo. Calentar bien el aceite en una cacerola, derretir la manteca y freir a fuego suave la cebolla, sin dejar que se dore. Agregar el GARAM MASALA y el ajo y freir 3 o 4 minutos más, removiendo. Escurrir el arroz e incorporarlo. Cocinar otros 4 o 5 minutos, revolviendo para que no se pegue. Agregar el agua del azafrán, la sal y suficiente agua hirviendo como para cubrir el arroz dos dedos por encima. Tapar bien la cacerola y continuar la cocción a fuego muy suave hasta que toda el agua haya sido absorbida y el arroz esté a punto. Los granos deben separarse fácilmente unos de otros. Agregar las almendras y las pasas, removiendo ligeramente. Servir caliente, solo o como acompañamiento de curries.

SALSAS

50 - MAYONESA SAZONADA PARA PESCADOS O MARISCOS

Ingredientes: 1 taza de mayonesa; 2 cucharaditas de CONDIMENTO PARA PESCA-DOS; sal y jugo de limón; una pizca de glutamato monosódico (Aji-No-Moto).

Mezclar muy bien todos los ingredientes y dejar reposar una hora. Para pescados asados o hervidos, puede reemplazarse la mayonesa por manteca ablandada. NOTA: Como variante, sustituir el CONDIMENTO PARA PESCADOS, por 1 o 2 cucharadas de CURRY POWDER, del tipo preferido, o de GARAM MASALA.

51 - MOSTAZA ESTILO FRANCÉS

Ingredientes: 3 cucharadas de CONDIMENTO DE MOSTAZA: 1 cucharada de CONDIMENTO UNIVERSAL; vinagre de vino; vino blanco seco (opcional).

Amasar los condimentos con un poco de vinagre, puro o mezclado con el vino, al estilo de las mostazas de Dijon, hasta tener una pasta espesa. Dejar reposar.

52-ROUILLE (cocina francesa)

Ingredientes: 1 cucharadita de FINES HERBES; 5 cucharadas de CHILI POWDER;

1/2 cucharadita de pimienta de Cayena molida; 1 papa mediana bien cocida; 5 cucharadas de aceite de oliva; sal y pimienta blanca molida, al gusto; 2 o 3 cucharadas de caldo, preferiblemente de pescado.

Desmenuzar las FINES HERBES y pasarlas por agua caliente unos minutos. Escurrirlas y ponerlas en el vaso de una licuadora, junto con los 3 siguientes ingredientes. Trabajar a baja velocidad, agregando a gotas el aceite, y luego la sal y la pimienta, hasta tener una pasta cremosa. Antes de servir incorporar el caldo, batiendo. Se usa como acompañamiento de sopas de pescado, en especial bouillabaisse.

53 - SALSA BARBECUE (cocina norteamericana)

Ingredientes: 1 lata de pulpa de tomate; 1 1/2 tazas de agua; 3 cucharadas de vinagre; 2 cucharadas de salsa inglesa, tipo Worcester; 2 cucharadas de manteca; 1/4 de cucharadita de ajo en polvo; 1 1/2 cucharadas de apio en polvo; 1 1/2 cucharadas de cebolla en polvo; 1 cucharadita de CHILI POWDER; 1 1/2 cucharaditas de ESPECIAS DULCES; 1 cucharada de ADOBO PARRILLERO; 1 cucharadita de CONDIMENTO DE MOSTAZA; 1 1/2 cucharaditas de CONDIMENTO UNIVERSAL; 1 cucharadita de pimentón dulce; 1 cucharadita de pimienta negra molida; sal al gusto.

Mezclar bien todos los ingredientes en una cacerola. Hacer hervir, reducir la llama, tapar y cocinar suavemente por lo menos una hora. Servir con carne o pollo asados.

54 - SALSA CREMA AL CURRY (cocina india)

Ingredientes: 2 cucharadas de manteca; 2 cucharaditas de CURRY POWDER, del tipo preferido; 1 cucharada de fécula de mandioca; sal y pimienta blanca molida, al gusto; 1 1/4 tazas de leche, o mejor aún, leche de coco (ver NOTA de la receta 19).

Derretir la manteca, mezclarla con el CURRY POWDER y cocinar a fuego suave 2 o 3 minutos. Agregar la fécula, la sal y la pimienta, revolviendo sin cesar hasta que esté uniforme y comience a formarse espuma. Retirar del fuego e incorporar la leche, removiendo siempre. Volver a cocinar hasta que se espese, sin dejar de revolver. Servir caliente con camarones, cangrejo, langostinos, pollo, cerdo, cordero o vaca y acompañar arroz blanco o pillau (receta 49) y los entremeses de la receta 40.

55 - SALSA CHINA (cocina china)

Ingredientes: 2 cebollas grandes; 1 lonja de jamón cocido; 50 gramos de hongos secos, remojados y escurridos; 5 cucharadas de aceite (de preferencia aceite de sésamo); 50 gramos de champignons; 1/4 de cucharadita de coriandro molido; 1 cucharada de fécula de mandioca; 1/2 taza de caldo; 2 cucharadas de puré de tomate; 1/2 cucharadita de HUNG-LIU; 1 cucharadita de ají molido fino; 1/4 de cucharadita de cúrcuma molida; una pizca de sal; 1 cucharada de salsa de soja.

Picar la cebolla y el jamón finamente y más grueso los hongos. Calentar el aceite y saltear 2 minutos las cebollas, a fuego suave. Agregar el jamón, los hongos, los champignons y el coriandro. Desleir la fécula en el caldo e incorporarla con los restantes ingredientes, salvo el último. Cocinar 3 o 4 minutos más, retirar del fuego y mezclar con la salsa de soja. Se sirve caliente con carne, legumbres o pastas.

56 - SALSA ESPECIADA (cocina inglesa)

Ingredientes: 1 taza de pasas rubias sin semillas; 1 taza de azúcar negra, apretada; 1 1/2 cucharadas de fécula de mandioca; 1 cucharadita de ESPECIAS DULCES; 2 tazas de agua; 1/2 taza de vinagre de manzana; 2 cucharadas de aceite (o manteca).

Poner 2 horas en remojo las pasas. Mezclar el azúcar, la fécula y las ESPECIAS DULCES en una cacerola. Agregar el agua y el vinagre y cocinar a fuego muy suave, removiendo sin cesar, hasta que la salsa esté espesa y uniforme. Enjuagar las pasas, escurrirlas y agregarlas. Continuar cocinando con cuidado a fuego muy suave, o mejor aún en baño de María, hasta que las pasas estén blandas, más o menos media hora. Incorporar el aceite, revolviendo. Servir caliente con jamón al horno ó frito, cerdo o cordero al horno, chuletas de cerdo o lengua.

57 - SALSA FRÍA PARA MARISCOS

Ingredientes: 1/2 taza de salsa ketchup; 2 cucharaditas de jugo de limón; 1 cucharadita de CHILI POWDER: 1/2 cucharadita de CONDIMENTO UNIVERSAL; 2 cucharaditas de rábano picante (Kren); sal al gusto.

Mezclar bien todos los ingredientes y dejar reposar una hora antes de usar. Servirla con mariscos, en especial cocktail de camarones o langostinos.

58 - SALSA GUASACACA (cocina venezolana)

Ingredientes: 2 cucharaditas de CHILI POWDER; sal y pimienta negra molida, al gusto; 3 cucharadas de aceite de oliva; 1 cucharada de vinagre; 1 cucharada de BOUQUET GARNI; la pulpa de 1 palta, picada; 1 tomate, pelado, sin semillas y picado; 2 cucharadas de pimiento verde picado; 1 huevo duro, picado.

Mezclar muy bien en un bol los 5 primeros ingredientes, revolviendo con cuchara de

madera. Desmenuzar entre los dedos el BOUQUET GARNI, pasarlo por agua caliente unos minutos, escurrirlo y agregarlo en el bol junto con los restantes ingredientes. Remover con cuidado. Servir con carnes asadas.

HUEVOS

59-HUEVOS BIGARADE (cocina francesa)

(4 porciones)

Ingredientes: 1 naranja; 2 cucharadas de manteca; 1 cebolla, picada; 500 gramos de pulpa de tomate; 1 cucharadita de harina; 1 cucharada de BOUQUET GARNI; sal y pimienta blanca molida, al gusto; 1/2 taza de caldo caliente; 2 cucharaditas de jugo de naranja; 1 cucharada de Grand Marnier; 4 huevos.

Pelar la naranja cuidando de no quitar la parte blanca. Pasar la cáscara por agua hirviendo 2 minutos, dejarla enfriar y picarla en juliana muy fina. Terminar de pelar completamente la naranja y cortar cuatro rodajas iguales. Derretir en una cacerola una cucharada de manteca y freír la cebolla hasta que esté trasparente. Incorporar los 5 siguientes ingredientes y el caldo. Cocinar sin tapa a fuego muy suave hasta que no quede más líquido. Pasar por tamiz fino y agregar la otra cucharada de manteca, el jugo y el licor, revolviendo. Volver a calentar, cuidando que no hierva. Mientras tanto cocinar los huevos mollets y sazonarlos con sal y pimienta. Poner las rodajas de naranja en una fuente enmantecada, colocar un huevo mollet sobre cada una y espolvorear la cáscara picada. Cubrir con la salsa y servir enseguida.

60 - HUEVOS VINDALOO (cocina india)

(4-6 porciones)

Ingredientes: 1 cucharada de CURRY POWDER (MADRASI); 2 cucharadas de CHILI POWDER; 1 cucharadita de galanga molida; 1/2 cucharadita de ajo en polvo; sal al gusto; 1 1/2 tazas de vinagre; 3 cucharadas de manteca; 3 cebollas, picadas; 1 cucharada de azúcar rubia (tipo Demerara); 1 cucharadita de GARAM MASALA; 5 huevos duros, cortados en mitades a lo largo; arroz blanco.

Hacer una pasta con los 5 primeros ingredientes y unas gotas de vinagre. Derretir la manteca en una cacerola y freír 3 o 4 minutos las cebollas. Agregar la pasta de curry y freír 5 minutos más. Incorporar el resto del vinagre y los demás ingredientes, salvo el arroz. Cocinar a fuego suave hasta espesar. Servir con arroz blanco.

61-OMELETTE DE QUESO FINES HERBES (cocina francesa)

(2 porciones)

Ingredientes: 1 cucharadita de FINES HERBES; 4 huevos; 2 cucharadas de crema de leche; 1 cucharadita de CONDIMENTO UNIVERSAL; sal y pimienta blanca molida, al gusto; 1/2 taza de queso rallado; 1 cucharada de manteca.

Desmenuzar las FINES HERBES, pasarlas por agua caliente unos minutos y escurrirlas. Batir los huevos, sin exceso, con la crema, las FINES HERBES, los condimentos y la sal. Agregar el queso y mezclar bien. Calentar fuertemente la manteca en una sartén, sin dejar que se oscurezca. Mover la sartén de modo que la manteca moje todo el fondo. Echar la mezcla de huevos y remover con espátula, levantando con cuidado los bordes de la *omelette* para que la parte de huevo aún sin cocinar, vaya deslizándose debajo de la ya cocinada. Cuando comience a dorarse la parte de abajo, estando aún cremosa por arriba, doblarla en tres y retirarla. Servir caliente. Para que la superficie quede brillante, pasar por encima un poco de manteca.

PASTELERÍA - REPOSTERÍA

62 - BUDÍN DE FRUTAS (cocina inglesa)

Ingredientes: 400 gramos de manteca; 1 taza de azúcar; 1 cucharadita de bicarbonato de sodio; 2 cucharadas de ESPECIAS DULCES; 2 cucharaditas de sal; 1 taza de melaza de caña; 4 tazas de harina tamizada; 5 huevos; 1 taza de almendras peladas, partidas; 4 tazas de fruta abrillantada o de fruta glacé, picada; 1 taza de pasas negras sin semillas; 1 taza de pasas rubias sin semillas; 1/2 taza de piñones.

Batir los 5 primeros ingredientes hasta tener una crema. Agregar la melaza y una taza de harina, revolviendo. Incorporar los huevos de a uno, batiendo luego de cada agregado, y la harina restante, poco a poco y mezclando bien. Agregar los demás ingredientes, removiendo con cuidado. Pasar a un molde para budín inglés, enmantecado y enharinado, y cocinar unas 3 horas en horno moderado. Poner debajo un bol con agua. Enfriar media hora en el molde y luego en la rejilla. Puede ser conservado largo tiempo.

63 - GAJJAR HALVA (cocina india)

Ingredientes: 1 kg de zanahorias, limpias y ralladas; 1 litro de leche; 2 cucharaditas de ESPECIAS DULCES; 100 gramos de manteca: 1 taza de azúcar: 50 gramos de almendras peladas, picadas; 50 gramos de avellanas peladas, picadas; 50 gramos de pasas rubias sin semillas; 50 gramos de piñones, picados; 1 cucharadita de azafrán en rama (o 2 cápsulas de azafrán molido); 2 cucharaditas de agua de rosas.

Poner en una cacerola las zanahorias, la leche y las ESPECIAS DULCES. Hacer hervir, reducir la llama y cocinar a fuego suave, removiendo a menudo para que no se pegue, hasta tener una pulpa espesa, más o menos 2 horas. Agregar la manteca y el azúcar y cocinar con llama mediana 15 minutos, revolviendo. Incorporar las frutas secas y el azafrán, desmenuzado y disuelto en un poco de agua hirviendo. Calentar a fuego fuerte unos minutos, sin dejar de revolver. Pasar a una fuente y mezclar con el agua de rosas. Servir caliente o frío, solo o con crema de leche batida.

64 - GINGERBREAD (Budín de jengibre) (cocina inglesa)

Ingredientes: 150 gramos de manteca; 3/4 de taza de azúcar negra, apretada; 1 1/2 tazas de melaza de caña; 2 huevos; 2 1/2 tazas de harina leudante: 2 cucharaditas de ESPECIAS DULCES; 2 cucharaditas de jengibre molido; 1/2 cucharadita de bicarbonato de sodio; 1/2 taza de agua caliente; 1/2 taza de leche caliente.

Derretir la manteca y mezclarla con el azúcar y la melaza. Batir los huevos, incorporarlos y mezclar bien. Tamizar la harina con los ingredientes secos y agregarlos, batiendo sin cesar. Mezclar el agua y la leche e incorporar de a poco, sin dejar de batir. Poner en un molde cuadrado enmantecado y cocinar en horno moderado de 40 a 45 minutos. Dejar enfriar primero en el molde y luego en rejilla. Servir con salsa de limón, crema batida o solo. Se conserva semanas en recipientes bien cerrados.

65 - HIGOS CON CREMA ESPECIADA (cocina norteamericana)

(6 porciones)

Ingredientes: 500 gramos de higos secos; un trozo de canela en rama; 6 clavos de olor; 4 granos de pimienta de Jamaica; 2 cucharaditas de ESPECIAS DULCES; 1/2 taza de azúcar rubia (tipo Demerara); 1 cucharada de fécula de mandioca; una pizca de sal; 3 huevos; 3 tazas de leche; 2 cucharaditas de extracto de vainilla; 4 cucharadas de vino Jerez; nuez moscada molida.

Cocinar en agua los higos y las especias enteras, a fuego suave y con la cacerola tapada, hasta que estén tiernos, unos 45 minutos. Mezclar aparte las ESPECIAS DULCES, el azúcar, la fécula y la sal. Agregar los huevos, ligeramente batidos, y la leche. Cocinar en baño de María hasta que la crema se espese, sin cesar de revolver. Retirar del fuego y mezclar con el extracto. Cuando estén a punto los higos, quitarles los cabos y hacer un puré en licuadora, agregando el Jerez. Poner en 6 copas para helado, cubrir con la crema y espolvorear la nuez moscada. Dejar en la heladera hasta el momento de servir.

66 - PFEFFERNÚSSE (Masas de Navidad) (cocina alemana)

Ingredientes: 500 gramos de miel de abejas; 50 gramos de manteca; 1 huevo; 4 tazas de harina tamizada; 1 cucharadita de QUATRE EPICES; 2 cucharaditas de ESPECIAS DULCES; 1 cucharadita de polvo de hornear; 1 cucharadita de bicarbonato de sodio; 1 cucharadita de sal; 1 cucharadita de cardamomo molido; 150 gramos de nueces peladas, picadas fino; 2 claras de huevo; 2 tazas de azúcar impalpable, tamizada.

Dejar aparte una cucharada de miel. Calentar suavemente el resto en una cacerola. Incorporar la manteca, mezclar, dejar enfriar y agregar el huevo, batiendo. Tamizar la harina con los 5 siguientes ingredientes y la mitad del cardamomo e incorporarlos de a poco, revolviendo. Agregar las nueces, mezclar bien y dejar reposar una hora. Con las manos húmedas formar bolitas del tamaño de uvas. Cocinarlas en una chapa enmantecada, en horno moderado, de 12 a 15 minutos. Mezclar aparte las claras, la cucharada de miel separada y el restante cardamomo. Incorporar el azúcar impalpable, mientras se bate vigorosamente. Ir poniendo en un bol de a 10 o 12 masas por vez con 2 cucharadas de este baño, removiendo con cuidado para impregnar bien. Dejar enfriar en rejilla y guardar en recipientes bien cerrados.

67 - PILLAU DE FRUTAS (cocina india)

Ingredientes: 250 gramos de azúcar rubia (tipo Demerara); 1 litro de agua; 250 gramos de manteca; 1 cucharada de ESPECIAS DULCES; 1 cucharadita de cardamomo molido; 500 gramos de arroz; 1 durazno, pelado; 1 naranja, pelada y sin semillas; 1/2 taza de uvas blancas, peladas y sin semillas; 50 gramos de almendras peladas; 50 gramos de piñones; 50 gramos de pasas rubias sin semillas; 1 cucharada de jugo de limón; 2 cucharaditas de agua de rosas; 4 cucharadas de crema de leche.

Disolver completamente el azúcar en el agua y hervir unos minutos para hacer un almíbar liviano. Derretir la manteca en una cacerola y freír 2 o 3 minutos, a fuego suave, las ESPECIAS DULCES y el cardamomo. Incorporar el arroz, freír 5 minutos más, cubrir con el almíbar, revolver bien y tapar la cacerola. Cocinar a fuego muy suave hasta que el arroz esté a punto y no quede más liquido. Picar grueso las frutas frescas y fino las secas y agregarlas junto con las pasas enteras, el jugo de limón, el agua de rosas y la crema. Mezclar con cuidado, pasar a una fuente para horno y cocinar en horno suave 15 minutos. Servir ligeramente tibio o frío.

Castellano	AJI	AZAFRAN	CANELA DE CEILAN
Otros nombres	Pimiento picante		
Parte empleada	Fruto	Estigma de la flor	Corteza del tronco
Nombre científico	Capsicum annuum	Crocus sativus	Cinnamomum zeylanicum
Alemán	Chillischote Pfefferschote	Safran	Zimt Ceylon - Zimt
Francés	Piment rouge	Safran	Cannelle
Inglés	Red pepper	Saffron	Cinnamon
Italiano	Peperone rosso	Zafferano	Cannella
ENTREMESES HORS D'OEUVRE	Cocktail y salpicón de mariscos Con manteca, mayonesa,palta* o queso, en canapés y sandwiches	Escabeche y salpicón de pescado,mariscos o aves Con manteca o queso blanco,en canapés	
SOPAS	Pescado Coliflor Habas Palta Porotos Legumbres Crema de tomate Caldos Mulligatawny Pepperpot	Pescado Almejas Pollo Arroz* Coliflor Caldos* Sopas árabes BouUlabaisse *	Mejillones Pollo Pan Cereales Papas Tomate Biersuppe (cerveza) Obstsuppe (frutas)
ENSALADAS	Huevo Palta* Papas* Pepino Tomate* Verdes Aderezos, en especial con mayonesa	Espárragos a la vinagreta	Aderezos con miel para ensaladas con fruta
PESCADOS MARISCOS	Pescados y mariscos en toda forma* Almejas Calamares Camarones Caracoles Langostinos Pulpo Angulas a la vasca Bacalao al pil-pil*	Pescados al horno Lenguado Trillas Calamares Langostinos Mejillones Bacalao a la vizcaína Cazuelas* Guisos* Courts-bouillons	
AVES	Ganso, pato y pollo* en toda forma Aves de caza		Pollo a la crema Platos orientales*
Carne de caza, cerdo* cordero y vaca* asadas Bifes Costillas Albóndigas Hamburgueses Pan de carne Empanadas* Callos Mondongo Guisos* Rellenos*		Cerdo y cordero al horno o salteados Liebre Mondongo Puchero a la española Guisos españoles*	Cerdo y cordero al horno o guisados Cerdo jamón y lengua ahumados o a la china Pan de carne Carne rustida
CEREALES LEGUMBRES PASTAS	Arroz Choclo* Humita Berenjenas* Cebolla Coliflor Papas* Tomate* Zapallitos Leguminosas* Ajies rellenos Fideos Pizza*	Arroz * Couscous * Pilaf* Risotto a la milanesa* Fideos	Cereales Couscous* Pilaf* Remolacha Tomate Batata, porotos, zapallo y zapallitos al horno o en puré Berenjenas al gratin Zanahorias glaseadas
SALAS	Bearnesa Poivrade Barbecue Ketchup Salsas para pescados*, mariscos*, asados* y pastas* Salsas para couscous	Curry A la crema para pescados y aves	Curry* Mostaza Barbecue* Ketchup Mantecas Salsas para postres*; chocolate, limón, manzana, naranja, pasas de uva
VARIOS	Platos con huevos *: revueltos, soufflés, tortillas Fondues Embutidos Pickles	Huevos revueltos Tortilla a la española Aperitivos Bitters Licores (Chartreuse) Infusiones	Embutidos Chutneys Pickles Glögg Ponchas Sangria* Vino caliente* Aperitivos Café Té Café brûlot* Bebidas con leche Chocolate * Milk shakes
PASTELERIA REPOSTERIA		Bizcochos Masas Panes Tortas Arroz con leche Cornwall saffron cake Postres orientales*	Pastelería* Arroz con leche* Compotas Purés y postres* de fruta Banana y manzana asada Baños* Cremas* Helados Apfelstrudel Lebkuchen Pfeffernüsse Buns Muffins
PROPIEDADES MEDICINALES	Estimulante Carminativo Digestivo Activante de la circulación Afrodisiaco Previene la rancidez de las grasas	Estimulante digestivo y nervioso Aperitivo Emenagogo Contiene vitamina B2	Estimulante Carminativa Digestiva Antiespasmódica Afrodisíaca Antiséptico poderoso Previene la rancidez de las grasas

Castellano	CARDAMOMO	CLAVO DE OLOR	CURCUMA	GALANGA
Otros nombres		Clavillo		7
Parte empleada	Fruto	Botón de la flor	Rizoma	Rizoma
Nombre científico	Elettaria cardamomum	Eugenia caryophyllata	Curcuma longa	Alpinia officinarum
Alemán	Kardamom	Nelke Gewürznelke	Kurkuma Gelbwurzel	Galgantwurzel Laos
Francés	Cardamome	Giroflé Clou de girofle	Curcuma	Galanga Souchet odorant
Inglés	Cardamom	Clove	Turmeric	Galangal
Italiano	Cardamomo	Garofano Chiodo di garofano	Cúrcuma	Galanga
ENTREMESES HORS D'OEUVRE	Pánés de hígado* Espolvoreado en melón o pomelo helado	Pátés de higado*	Salpicón de mariscos o aves	
SOPAS	Crema de arvejas Sopas escandinavas* Mulligatawny* Scotch broth	Pescado Mariscos Rabo de buey Lentejas Pan Papas Remolacha Cremas Mulligatawny	Cremas Sopas orientales de pescados o mariscos Mulligatawny*	Papas
ENSALADAS	Waldorf Aderezos con miel para ensaladas con fruta, en especial cítricas	Aderezo especiado a la francesa	Huevo Papas Céleri rémoulade Aderezos	
PESCADOS MARISCOS	Pescados asados Marinadas Platos indios*	Pescados hervidos o al horno Lenguado Guisos Marinadas* Courts-bouillons*	Camarones Langosta Langostinos Curry* de pescado o mariscos Mejillones a la marinera Pilaf de mariscos* Platos orientales*	Arenques Platos chinos*, indios*, indonesios* y malayos*, en lugar de jengibre
AVES	Marinadas Platos indios*	Guisos de pollo Marinadas*	Pollo al horno, a la parrilla o salteado Curry* de pato o pollo Platos orientales*	Aves de caza Platos chinos*, indios*, indonesios* y malayos*, en lugar de jengibre
CARNES	Carnes asadas Albóndigas Croquetas Hamburguesas Marinadas Platos indios con cerdo* cordero* o vaca*	Carne de caza* Conejo* Cordero* Chivito* Vaca* Achuras Lengua* Jamón al horno* Estofados* Guisos* Civets * Pot-au-feu Puchero Marinadas*	Carne de caza Curry* de cerdo, cordero o vaca	Carne de caza,cordero y vaca asadas Platos chinos*, indios*, indonesios* y malayos*, en lugar de jengibre
CEREALES LEGUMBRES PASTAS	Arroz Pilaf* Batata Zanahoria Zapallo Platos indios*	Batata Cebolla* Pepino* Remolacha Repollo Tomate Zapallo Zapallitos Leguminosas Porotos al horno Zanahorias glaseadas*	Arroz Pilaf* Coliflor salteada Fideos Platos orientales	Nasi-Goreng* Platos chinos*, indios*, indonesios* y malayos*, en lugar de jengibre
SALAS	Curry* Salsas para asados	Velouté Al vino Barbecue* Ketchup Salsas para asados Salsas para postres*: chocolate, manzana, pasas de uva	Curry* Mayonesa Mostaza preparada* Salsas para pescados, mariscos y pollo	Curry*
VARIOS	Embutidos* Frutas encurtidas Chutnys* Pickles* Glögg* Ponches Vino caliente Bitters Café al estilo árabe* Jugos de frutas	Huevos revueltos Embutidos* Frutas encurtidas Chutneys Pickles* Glógg* Ponches* Sangría* Vino caliente* Aperitivos Café brúlot* Chocolate	Huevos rellenos o revueltos Chutneys Chow-chow* Piccalilli*	Vinagre Aperitivos Bitters Licores Infusiones Para aromatizar el té*
PASTELERIA REPOSTERIA	Pastelería alemana* danesa* y sueca* Flanes Copas Frutas Manzana asada o en puré Mazapán* Mermeladas Postres indios* Gingerbread Pfeffermüsse	Pastelería* Budin de arroz o tapioca Copas y postres de fruta Compotas Lebkuchen Pfeffemüsse Plum pudding Spice cake	Como colorante, disuelta en agua caliente o alcohol	
PROPIEDADES MEDICINALES	Estimulante Tónico Digestivo Afrodisíaco Desodorante del aliento (ajo, alcohol, tabaco)	Estimulante Tónico Carminativo Digestivo Afrodisíaco Antiséptiço poderoso Previene la rancidez de las grasas	Tónico hepático Diurética Desinfectante intestinal Contra la obesidad Previene la rancidez de las grasas	Estimulante Aperitiva Carminativa Digestiva Contra mareos, en especial mal de mar Afrodisiaca

Castellano	JENJIBRE	MACIS	NUEZ MOSCADA	
Otros nombres	Ajengibre	Macia		
Parte empleada	Rizoma	Arilo de la semilla	Semilla	
Nombre científico	Zingiber officinale	Myrist	ica fragrans	
Alemán	Ingwer	Macis Muskatblüte	Muskatnuss	
Francés	Gingembre	Macis	Muscade Noix muscade	
Inglés	Ginger	Mace	Nutmeg	
Italiano	Zenzero	Macis	Noce moscata	
ENTREMESES HORS D'OEUVRE	Salpicón de mariscos o came Nueces saladas Espolvoreado en melón o pomelo helado	Cocktail de mariscos Salpicón de carne Pátés Con manteca o queso Roquefort, en canapés	Espolvoreada en canapés de jamón Pátés de higado o pollo	
SOPAS	Pollo Cebolla Papas Biersuppe (cerveza) Obstsuppe (frutas) Mulligatawny*	Almejas Ostras* Pollo Papas Legumbres Cremas Bisques* Caldos de carne Consommés Oyster stew*	Carne* Pollo Cereales Pan Cebolla Porotos Crema de arvejas, tomate Caldos* Consommés*	
ENSALADAS	Ensaladas con fruta* Cole slaw Waldorf Aderezos con crema, miel o especiado a la francesa	Ensaladas con fruta Aderezos para ensaladas con fruta	Papas Espárragos a la vinagreta Aderezos con mayonesa para ensaladas con fruta	
PESCADOS MARISCOS	Pescados, en especial los grasos*, asados o hervidos Atún Bacalao Lenguado Merluza Salmón Cangrejo Centolla Langosta Platos orientales*	Pescados al horno o a la milanesa Atún a la crema Trucha asada o frita Almejas Ostras* Cazuelas Guisos Courts-bouillons	Pescados asados*, guisados* o hervidos* Atún Lenguado Trucha Sardinas al horno Croquetas Quenelles Soufflés* Rellenos	
AVES	Ganso,pato y pollo* en toda forma Aves de caza* Pastel de pollo Volau vent Rellenos Marinadas Platos orientales*	Ganso Pato Pollo Pollo a la parrilla Fricassées Supremas Guisos	Ganso Pato Perdiz Pollo Pollo a la parrilla Croquetas y pastel de pollo Pato a la naranja Fricassées	
CARNES	Carne de caza Cerdo* Cordero Carnes asadas o ahumadas Hamburgueses Pan de carne Fondues Marinadas* Platos orientales*	Costillas de cordero o ternera Hamburgueses Pan de carne Guisos	Carne de caza Conejo Cordero Jamón Albóndigas* Croquetas* Hamburgueses* Pan* y pastel* de carne Empanadas Mondongo Fondues Guisos*	
CEREALES LEGUMBRES PASTAS	Arroz* Batata Pepino Cebollas y zanahorias glaseadas Porotos y zapallo al horno Hongos salteados Choucroute* Macarrones Platos orientales*	Batata* Bróculi Coliflor* Espárragos Espinaca Hongos Pepino Repollo Repollitos de Bruselas Zanahoria* Zapallo* Legumbres a la crema * Puré de papas*	Arroz Apio Batata* Coliflor* Espárragos Espinaca* Nabos Repollo Zanahoria* Leguminosas Pastel* y puré* de batata o papas Pizza de ricotta Ravioles	
SALAS Curry* Tomate Barbecue* Ketchup Oxford* Salsas para asados y pastas Salsas para couscous		Mornay Ketchup Salsas a la crema para pescados, aves y legumbres Salsas para postres*: chocolate, vainilla	Alemana Béchamel* Blanca* Soubise Supréme Tomate Barbecue Ketchup Ravigote Mantecas Salsas para postres*: chocolate, frutas	
VARIOS	Embutidos* Frutas encurtidas Chutneys* Pickles* Ponches* Vino caliente* Ginger ale Ginger beer Ginger wine Limonada Jugos de frutas	Platos con queso*: fondue*, Welsh rarebit Embutidos Chutneys Pickles Bebidas con leche* Chocolate* Jugo de tomate	Huevos revueltos y al gratin Crépes Soufilés Fondue de queso* Embutidos* Eggnog* Ponches* Bebidas con leche* Chocolate Milk shakes	
PASTELERIA REPOSTERIA	Pastelería* Flanes Arroz con leche y budin Frutas al homo*, en puré* o en compota * Helados Mermeladas Buns Gingerbread* Muffins Pfeffernüsse	Pasteleria* Flanes Postres con chocolate o fruta Compotas Copas* Manzana asada o en puré Baños* Cremas* Helados Doughnuts Lebkuchen Pound cake	Pastelería* Flanes Budin de arroz* o pan* Compotas Copas Purés Manzana asada o en puré Baños* Cremas* Helados Christmas cake Spice cake Plum pudding	
PROPIEDADES MEDICINALES	Estimulante Carminativo Digestivo Gran Pectoral y expectorante Afrodisiaco	Propiedades semejantes a las de la nuez moscada	Estimulante Carminativa Digestiva Tónico cardíaco y cerebral Afrodisíaca Previene la rancidez de las grasas	

Castellano	PIMENTON	PIMIENTA (Blanca o Negra)	PIMIENTA DE CAYENA	PIMIENTA DE JAMAICA
Otros nombres			Guindilla de Indias	
Parte empleada	Fruto	Fruto	Fruto	Fruto
Nombre científico	Capsicum annuum	Piper nigrum	Capsicum frutescens	Pimenta dioica
Alemán		Weisser Pfeffer Schwarzer Pfeffer	Cayennepfeffer	Piment Jamaikapfeffer
Francés	Paprika	Poivre blanc Poivre noir ou gris	Poivre de Cayenne	Piment de la Jamaique Toute-épice
Inglés	Paprika	White pepper Black pepper	Cayenne pepper	Allspice Jamaica pepper
Italiano	Paprika	Pepe bianco Pepe nero	Pepe di Caienna	Pimento della Giamaica
ENTREMESES HORS D'OEUVRE	Salmón ahumado Salpicones Pátés Con manteca* o queso*, en canapés y sandwiches	Salpicones Pâtés Quesos Pavo y pollo frios. Con queso, en canapés y sandwiches	Salpicones Seviche* Pâtés Con manteca o queso blanco,en canapés, hors d'oeuvre y sandwiches	Pescados en escabeche* o en salpicón* Pátés Con mayonesa, en canapés de pescado
SOPAS	Pescado* Pollo* Pan* Ajo* Papas Porotos Cremas Potajes* Caldos de aves o carne	Toda clase de sopas y cremas (blanca en las de color claro) Caldos Consommés	Pescado* Ostras* Tortuga* Mariscos Hongos Tomate Cremas Bisques Oyster stew Pepperpot	Tortuga Rabo de buey Papas Legumbres Crema de arvejas*, tomate* Consommés frios
ENSALADAS	Apio Espárragos Palta Papas* Tomate Verdes Andaluza Aderezos con crema* o mayonesa*	Aderezos en general*	Huevo Palta* Papas Tomate Porotos colorados Ensaladas con queso Aderezos*	Espárragos Ensaladas con fruta Cole slaw
PESCADOS MARISCOS	Pescados y mariscos en toda forma* Bacalao a la vizcaína Guiyas de pescado* Guisos* Decoración	Toda clase de pescados y mariscos, asados, fritos o hervidos Guisos* Rellenos* Marinadas* Courts-bouillons*	Pescados en toda forma Bacalao Merluza Almejas* Cangrejo Centolla* Langosta* Mejillones Ostras* Cazuelas* Guisos* Marinadas*	Pescados al horno* o hervidos* Ostras Marinadas* Courts-bouillons*
AVES	Pato Pavo Pollo* Palo a la húngara* o frito Paella Guisos* Decoración	Toda clase de aves, en toda forma Guisos* Rellenos* Marinadas*	Pato Pavo Pollo al horno, frito o a la parrilla Croquetas de ave Guisos* Marinadas* Platos mejicanos*	Fricassée y pastel de pavo o pollo Cazuelas y guisos de pato o pollo Rellenos Marinadas
CARNES	Came de caza Cerdo* Conejo Cordero Vaca Higado Riñones Albóndigas Empanadas Bife a la tártara* Mondongo Fondues Guisos* Gulyas*	Toda clase de carnes, en toda forma Asados Bifes Costillas Hamburgueses Empanadas Pan y pastel de carne Guisos* Rellenos* Marinadas*	Cerdo, conejo y vaca asados Riñones Croquetas de carne o de jamón Empanadas Puchero Fondues Tamales* Guisos* Marinadas* Platos mejicanos*	Carne de caza Cerdo Cordero Vaca Lengua Jamón al horno* Mollejas Liebre estofada* Hamburgueses* Pan* y pastel* de carne Guisos Civets Marinadas*
CEREALES LEGUMBRES PASTAS	Arroz Choclo * Locro* Berenjenas Cebolla Coliflor* Espinaca Pepino Puerro Salsifi Tomate Zapallo Ajies rellenos Papas o repollo al horno	Legumbres en general (blanca en las de color claro) Legumbres a la crema Puré de batata o papas Pastas en general	Arroz Couscous* Choclo* Batata Berenjenas Habas Lentejas Nabos Repollo Tomate Ajies,papas y porotos al horno Cebolla a la crema Coliflor al gratin	Batata Berenjenas Espárragos Espinaca* Nabos Remolacha Repollo Tomate* Zanahoria* Zapallo Leguminosas Porotos al horno Choucroute
SALAS	Newburg Zingara* Barbecue Ketchup Mayonesa condimentada* Mostaza preparada Salsas para pescados y asados Mantecas*	Bearnesa Béchamel Bercy Blanca Curry Española Holandesa Poivrade Tomate Barbecue Gribiche Ketchup Mayonesa Rémoulade Tártara Verde Vinagreta Mantecas	Bearnesa Curry* Diablo* Momay* Newburg* Barbecue* Cambridge* Ravigote Rouille* Salsas para pescados, asados y pastas	Bercy Tomate Al vino Barbecue Ketchup Salsas para carne de caza, cerdo, cordero o vaca Salsas para pastas
VARIOS	Banana frita Platos con huevos: a la húngara*, pochés, revueltos, omelettes, soufflés, tortillas Platos con queso* Embutidos*	Platos con huevos o con queso Embutidos* Chutneys* Pickles* Jugos de legumbres, tomate	Platos con huevos* o con queso*: omelettes, soufflés, Welsh rarebit Embutidos* Chutneys* Pickles* Cocktails (Bloody Mary) Ponches Jugos	Embutidos* Frutas encurtidas Chutneys* Pickles* Ponches, en especial con sidra Vino caliente Licores (Bénédictine) Jugo de tomate
PASTELERIA REPOSTERIA		Algunas masas alemanas y escandinavas Spice cake	Muffins Scones	Pasteleria* Merengue Postres de fruta* Compotas Copas Banana y manzana asada Christmas cake Gingerbread Pumpkin pie Lebkuchen Pfeffemüsse
PROPIEDADES MEDICINALES	Estimulante Carminativo Digestivo Máximo contenido en vitaminas C, P y J (C2)	Estimulante Carminativa Digestiva Febrifuga Previene la rancidez de las grasas	Gran estimulante de las vías digestivas Estomacal ³ Afrodisíaca Previene la rancidez de las grasas Contiene vitamina C	Carminativa Digestiva Antiespasmódica Antiséptico notable

HIERBAS

Castellano	AJEDREA	ALBAHACA	ARTEMISA	
Otros nombres	Tomillo real		Altamisa - Artemisia	
Parte empleada	Hojas	Hojas	Hojas	
Nombre científico	Satureja hortensis	Ocimum basilicum	Artemisia vulgaris	
Alemán	Bohnenkraut	Basilikum Basilienkraut	Beifuss Wilder Wermut	
Francés	Sarriette	Basilic	Armoise	
Inglés	Savory	Basil	Mugwort	
Italiano	Santoreggia	Basilico	Artenisia	
ENTREMESES HORS D'OEUVRE	Salpicón de carne Pátés de higado	Cocktail de langostinos Salpicón de mariscos Con manteca o queso blanco, en canapés	Salpicón de carne Con manteca, en canapés y sandwiches	
SOPAS	Pescado* Tortuga Papas Legumbres Leguminosas* Crema de arvejas* Consommés Bouillabaisse	Tortuga* Rabo de buey Coliflor Papas Tomate* Legumbres Leguminosas* Caldos Minestrone Pistou*	Papas* Sopas grasas*, en especial de legumbres	
ENSALADAS	Chauchas Papas* Pepino* Porotos* Tomate* Ensaladas verdes Aderezos	Huevo Arroz Coliflor* Espárragos Papas* Pepino Porotos Tomate* Ensaladas verdes Aderezos	Aderezos	
PESCADOS MARISCOS	Pescados asados o hervidos, en especial los grasos* Atún Lenguado Salmón Trucha Mariscos	Pescados asados fritos o hervidos, en especial los grasos Almejas* Camarones* Cangrejo Langosta Langostinos* Mejillones* Guisos Rellenos		
Gallina, pato*,pavo y pollo al horno, a la parrilla o rellenos Higados de pollo* Pasteles* Chicken pot pie Rellenos*		Ganso, pato*,pavo y pollo asados Pollo a la cazadora, al limón o frito Guisos* Rellenos	Aves de caza Ganso* Pato* Pollo	
CARNES	Carne de caza,cerdo* cordero* y vaca asadas Conejo al horno* Hígado Ríñones Hamburgueses Milanesas Cerdo* y jamón ahumado Guisos Civets* Marinadas	Carne de caza*,cerdo, conejo* y vac a asadas o guisadas Higado Riñones Albóndigas Hamburgueses Pan y pastel de carne Guisos* Rellenos*	Cerdo*,cordero* y vaca asados o fritos Carnes grasas*	
CEREALES LEGUMBRES PASTAS	Arroz Alcauciles Coliflor Hongos Papas* Pepino* Remolacha Repollo* Repollitos de Bruselas*		Acelga Espinaca* Hongos Nabos* Remolacha Repollo* Papas en toda forma*	
SALAS	Al vino, para pescados Rábano picante (Kren) Tomate			
VARIOS	Platos con huevos*: revueltos, omelettes, soufflés Embutidos de cerdo Aperitivos Licores Infusiones Jugos de legumbres	Platos con huevos* o con queso: revueltos, omelettes, soufflés Embutidos* Vinagre* Licores Infusiones Jugo de tomate	Huevos duros, revueltos Embutidos de cerdo Morcillas Aperitivos Licores Infusiones	
PASTELERIA REPOSTERIA	Peras al horno	Panes italianos		
PROPIEDADES MEDICINALES	Estimulante Aperitiva Carminativa Estomacal Pectoral . Afrodisiaca Contiene potasio	Tónico digestivo y nervioso Carminativa Febrifuga Contra mareos y náuseas Antiséptica	Estimulante Aperitiva Digestivo de las grasas Diurética Emenagoga Condimento adecuado para los diabéticos	

AROMATICAS

Castellano	BORRAJA	ESTRAGON	HISOPO	LAUREL
Otros nombres		Dragoncillo		
Parte empleada	Hojas y flores	Hojas	Hojas y flores	Hojas
Nombre científico	Borago officinalis	Artemisia dracunculus	Hyssopus officinalis	Laurus nobilis
Alemán	Borrestsch Gurkenkraut	Estragon	Ysop	Lobeer
Francés	Bourrache	Estragon	Hyssope	Laurier
Inglés	Borage	Tarragon	Hyssop	Bay leaves Laurel
Italiano	Borrana Borraggine	Estragone Dragoncello	Issopo	Lauro Alloro
ENTREMESES HORS D'OEUVRE	Salpicón de pescado Con queso blanco,en canapés y sandwiches	Coacktail de mariscos Salpicón pescado*, mariscos* o aves* Aspics Pâtés de higado	Salpicón de pescado o carne	Aspics de pescado, mariscos o aves Escabeches* Galantines
SOPAS	En toda clase de sopas, en lugar de perejil	Pescado* Tortuga* Pollo* Rabo de buey Papas Crema de arvejas, hongos*, tomate* Consommés	Tortuga Papas Porotos Caldo de carne	Pescado Pollo Cereales Papas Tomate Legumbres Caldos* Bisques Bortsh* Bouillabaisse Pepperpot
ENSALADAS	Envidias Papas Pepino* Repollo Ensaladas verdes*	Huevos Coliflor Envidias Espárragos* Papas Tomate Verdes Cole slaw Nicoise Céleri rémoulade Aderezos	Apio Papas Tomate Legumbres Ensaladas verdes*	Tomate Aderezo especiado a la francesa
PESCADOS MARISCOS	Pescados asados o fritos, en especial los grasos* Anguila Arenque Courts-bouillons	Pescados y mariscos asados o hervidos Anguila Lenguado Salmón Camarones Cangrejo Langosta* Langostinos Guisos Rellenos Marinadas	Toda clase de pescados, en especial los grasos Guisos* Marinadas	Pescados* y mariscos* guisados o hervidos Arenque Salmón Cangrejo Langostinos Mejillones Pulpo Marinadas Courts-bouillons*
AVES	Rellenos	Faisán Pato* Pavo* Perdiz Pichones Pollo* Pollo a la crema o al horno Menudos* Rellenos*	Ganso Pato Aves de caza*: faisán pato salvaje, perdiz Guisos* Rellenos	Pato* y pollo* al horno o en pastel Fricassées * Guisos* Chicken pot pie Coq au vin Paella Rellenos* Marinadas*
CARNES	Cordero* Hamburgueses Niños envueltos	Carne de caza,conejo* y cordero* asadas o guisadas Bifes de lomo Costillas Achuras Higado* Guisos Rellenos* Marinadas	Carne de caza*,cerdo* y cordero* asadas o fritas Albóndigas de hígado Empanadas Pastel de carne Ríñones Puchero Guisos de vaca Rellenos*	Carne de caza* Cerdo Conejo Chivito Cordero asado* Achuras Lengua Brochettes Pot-au-feu Guisos* Civets* Marinadas*
CEREALES LEGUMBRES PASTAS	Acelga Arbejas nabos Porotos Repollo colorado Salsifi Pepinos en toda forma*	Arroz Alcauciles Bróculi Coliflor Espárragos* Espinaca* Hongos Papas* Remolacha Repollo Salsifi Tomate Zanahoria Zapallitos Leguminosas	Lentejas Papa Tomate	Arroz Alcauciles* Berenjenas* Cebolla Papas* Remolacha* Tomate* Zanahoria Leguminosas* Ratatouille niçoise
SALAS	Salsas frías: mayonesa condimentada, mostaza, rémoulade	Bearnesa* Chivry Mostaza Cambridge Gribiche* Ravigote* Rémoulade Tártara* Verde* Vinagreta Mantecas Colbert*, Chivry*, al estragón*	Salsas para pescados, aves y carnes	Bearnesa Béchamel Bordelesa Curry Española* Mostaza Tomate* Al vino* Ketchup Ravigote Salsas para asados* y pastas*
VARIOS	Omelettes Vino aromatizado Infusiones Jugo de frutas	Huevos en toda forma*, calientes o frios Omelettes Soufflés Embutidos franceses* Vinagre* Jugos de legumbres, tomate	Embutidos Vino caliente Licores (Chartreuse) Infusiones	Pickles* Cervezas escandinavas (Lageröl) Vino caliente Jugo de tomate
PASTELERIA REPOSTERIA			Pasteles de fruta*, en especial de damascos o duraznos	
PROPIEDADES MEDICINALES	Estimulante, Euforizante Tónico cardiaco, hepático y nervioso Diurética Expectorante Contiene potasio	Aperitivo Estomacal Tónico cardiaco y nervioso Diurético	Estimulante Carminativo Digestivo de las grasas Contra asma y catarros En el tratamiento de la obesidad Contiene potasio	Estimulante Aperitivo Digestivo Estomacal Tónico nervioso Diurético

HIERBAS

Castellano	MEJORANA	MELISA	MENTA PIPERITA
Otros nombres	Almoraduj - Mayorana	Cidronela - Toronjil	
Parte empleada	Hojas y flores	Hojas	Hojas
Nombre científico	Majorana hortensis	Melissa officinalis	Mentha piperita
Alemán	Majoran	Melisse Zitronenmelisse	Pfefferminze
Francés	Marjolaine	Mélisse	Manthe Menthe poivrée
Inglés	Marjoram	Balm Lemon balm	Mint Peppermint
Italiano	Maggiorana	Melissa	Menta Menta piperita
ENTREMESES HORS D'OEUVRE	Salpicón de mariscos* o aves* Pátés de hígado Con queso blanco o jamón, en canapés	Cocktail de langostinos Salpicón de pescado o carne Carnes frías	Con queso blanco, en canapés Espolvoreada en melón o pomelo helado
SOPAS	Almejas* Ostras* Tortuga* Pollo Cebolla* Espinaca* Papas Porotos Legumbres Cremas Caldos Consommés	Legumbres Obstsuppe (frutas) Crema de espárragos*	Lentejas Porotos Sopas frias de fruta y de pepino con yoghurt Crema de arvejas*
ENSALADAS	Huevo Espárragos Papas Tomate* Verdes* Ensaladas con fruta Aderezos	Papas Pepino Tomate Ensaladas con fruta*, en especial naranjas Aderezos con mayonesa	Apio Pepino Verdes Ensaladas con fruta Cole slaw Waldorf Aderezos con yoghurt
PESCADOS MARISCOS	Pescados al horno* o a la parrilla* Almejas Camarones Cangrejo Langostinos Mejillones Ostras Cazuelas Guisos Rellenos Courts-bouillons *	Pescados asados o hervidos Anguila Arenque Marinadas para pescados grasos	Pescados asados* o hervidos* Anguila Caballa Dorado Trucha a la navarra Marinadas para camarones y langostinos Decoración
AVES	Ganso, pato, pavo y pollo al homo o a la parrilla Pollo frito o en pastel Fricassées * Guisos* Rellenos*	Aves de caza y de corral al horno o a la parrilla Rellenos*, en especial para pavo	Rellenos, en algunos platos ingleses Decoración
CARNES	Carne de caza*,cerdo*, conejo, cordero* y vaca asadas Higado Riñones Pan y pastel de carne Guisos, en especial de liebre* Civets* Rellenos*	Carne de caza, cerdo, cordero* y ternera al horno Fondues Guisos Rellenos*, en especial para carne de caza Marinadas	Conejo .cordero* y ternera al horno o a la panilla Hamburgueses Bife a la tártara Brochettes Guisos de cordero* Rellenos
CEREALES LEGUMBRES PASTAS	Apio Berenjenas Bróculi Cebolla Coliflor Espárragos Espinaca* Hongos* Nabos Papas* Repollo Zanahoria* Zapallo Zapallitos* Leguminosas* Pizza*	Apio Arvejas Chauchas Hongos* Papas Repollo colorado Zanahoria	Alcauciles Apio Arvejas Coliflor Chauchas Espinaca* Habas Papas* Porotos Remolacha Repollo* Zanahoria* Zapallitos
SALAS	A la crema* Española Tomate Verde Salsas para pescados, mariscos, aves y carnes Mantecas	A la crema para pescados* Ketchup Rémoulade Mayonesa condimentada	Paloise (bearnesa a la menta) Salsa* y jalea* para cordero
VARIOS	Platos con huevos* o con queso: revueltos, omelettes, soufflés Embutidos Vinagre Licores Ponches y jugos de frutas	Platos con huevos En vino blanco frío* y bebidas heladas* Licores (Chartreuse, Agua de los Carmelitas) Limonada Naranjada Té Infusiones*	Vinagre* Licores Bebidas con chocolate* Té Infusiones, calientes* o frias* Ponches y jugos de frutas
PASTELERIA REPOSTERIA		Flanes Compotas Copas de fruta	Budines Tortas Flanes Compotas Copas de fruta* Bombones* Caramelos* Dulces Jaleas Helados Postres ingleses
PROPIEDADES MEDICINALES	Estimulante Tónico digestivo y nervioso Antiespasmódica Pectoral, contra asma, catarros y tos Emenagoga	Carminativa Digestiva Antiespasmódica Sedante Contra insomnio Jaquecas y palpitaciones	Estimulante Carminativa Digestiva Antiespasmódica Contra mareos y náuseas Febrifuga Antiséptica Contiene potasio

AROMATICAS

Castellano	OREGANO	ROMERO	SALVIA	TOMILLO
Otros nombres	2	Rosmarino	Salvia blanca	Tomillo salsero
Parte empleada	Hojas y flores	Hojas	Hojas	Hojas y flores
Nombre científico	Origanum vulgare	Rosmarius officinalis	Salvia officinalis	Thymus vulgaris
Alemán	Dost Oregano	Rosmarin	Salbei	Thymain
Francés	Origan	Romarin	Sauge	Thym
Inglés	Oregano Origanum	Rosemary	Sage	Thyme
Italiano	Origano	Rosmarino Ramerino	Salvia	Timo "
ENTREMESES HORS D'OEUVRE	Salpicones Aspics de mariscos Con manteca o palta*, en canapés	Salpicón de mariscos o aves <i>Pátés</i> de hígado Con manteca o queso, en <i>canapés</i>	Salpicón de aves Con queso, en canapés y sandwiches	Cocktail de mariscos* Salpicón de pescado o aves Aspics Pátés Con manteca, en canapés
SOPAS	Cebolla Lentejas Porotos* Legumbres Crema de hongos, tomate* Caldos Minestrone *	Pescado Tortuga* Pollo* Rabo de buey Espinaca* Papas Tomate Leguminosas Cremas* Caldos Minestrone	Pescado Tortuga Pollo Cebolla Papas Tomate Legumbres Leguminosas Aigo boulido Minestrone	Pescado Mariscos Ostras Legumbres Cremas Caldos Bisques* Consommés* Aigo boulido Minestrone
ENSALADAS	Huevo Endrvias Escarola Palta* Papas* Tomate* Porotos colorados* Ensaladas verdes Aderezos	Ensaladas verdes	Pepino Ensaladas verdes	Huevo Apio Papas Remolacha Tomate Ensaladas verdes Cole slaw Aderezos
PESCADOS MARISCOS	Pescados de mar* y mariscos* al horno, hervidos o a la crema Almejas Camarones Cangrejo Langosta* Langostinos Mejillones Guisos Rellenos*	Pescados al horno*, a la parrilla* o hervidos Anguila Bacalao Salmón Sardina Trucha Guisos Rellenos Courts-bouillons	Todos los pescados grasos al horno*, a la parrilla* o hervidos* Guisos Rellenos*	Toda clase de pescados y mariscos, en toda forma* Guisos* Rellenos Courts-bouillons*
AVES	Faisán Gallina Ganso Pato Pavo Pollo al horno*, al spiedo*, estofado* o frito* Guisos Rellenos	Codorniz*, faisán*, pato*, pavo*, perdiz* y pollo* en toda forma Guisos de pollo* Rellenos*	Ganso*,pato, pavo* y pollo al horno Croquetas y pastel de pollo Guisos Chicken pot pie Rellenos* Marinadas	Pato.pavo*,perdiz y pollo * en toda forma Fricassées Guisos Cazuelas Coq au vin Paella Chicken pot pie Rellenos* Marinadas*
CARNES	Carne de caza*,cerdo, conejo, cordero y vaca al horno Achuras Hamburgueses Empanadas Guisos* Rellenos* Marinadas para carne de caza* Platos mejicanos*	Carne de caza*, cerdo*, cordero*, chivito* y vaca* al horno o a la parrilla Conejo en toda forma* Higado Riñones Pan de carne <i>Brochettes</i> Guisos* <i>Civets</i> Marinadas*	Carne de caza*, cerdo*, conejo*, cordero*, ternera y vaca al horno o a la parrilla Liebre en toda forma* Higado Riñones Albóndigas* Pasteles* Guisos* Rellenos*	Toda clase de carnes, en toda forma* Higado Mondongo Albóndigas Croquetas Pan de carne Guisos* Civets* Rellenos* Marinadas*
CEREALES LEGUMBRES PASTAS	Arroz Arvejas Berenjenas Bróculi Cebolla Coliflor Chauchas* Espinaca* Hongos Lentejas* Papas* Porotos Repollo Tomate* Zanahoria Zapallitos Lasañas Pizza*	Polenta Berenjenas Cardo Coliflor Espinaca* Nabos Pepino Tomate Zanahoria Zapallo Zapallitos Leguminosas* Hongos salteados* Papas en toda forma *	Arroz Polenta Apio Berenjenas* Cebolla* Espinaca* Remolacha Repollitos de Bruselas Tomate Zanahoria Zapallo Zapallitos Leguminosas* Tomates rellenos	Alcauciles Berenjenas* Cebolla* Hongos* Papas* Pepino Remolacha Tomate Zanahoria Zapallitos* Todas las leguminosas* Rataiouille niçoise*
SALAS	Boloñesa Hongos Tomate* Salsas para pescados, mariscos, aves, asados, legumbres y pastas	Boloñesa Tomate* Barbecue Salsas para pescados, pollo, asados, y cordero Mantecas para pescados y carnes	Boloñesa Al vino Salsas a la crema para mariscos y aves Salsas para pizza Mantecas para pescados y legumbres	Bearnesa Béchamel Boloñesa Bordelesa Curry Española Mostaza Tomate Al vino* Ravigote Salsas para pescados, mariscos, aves, pastas y pizza Mantecas
VARIOS	Huevos duros, revue!tos Omelettes Tortillas Platos con queso: soufflés Embutidos* Jugos de legumbres, tomate	Platos con huevos*: pochés, rellenos, omelettes, soufflés Vinagre Licores Infusiones Ponches y jugos de frutas Jugos de legumbres, tomate	Platos con hucvos* o con queso*: omelettes, soufflés Embutidos de cerdo Vinagre Licores Té Infusiones*	Platos con huevos o con queso: pochés, revueltos, omelettes, soufflés Embutidos Vinagre Licores (Bénédictine) Infusiones Jugos de legumbres, tomate
PASTELERIA REPOSTERIA	Panes italianos	Panes Roscas Compotas Copas de fruta, en especial de damascos, duraznos o naranjas Jaleas		
PROPIEDADES MEDICINALES	Estimulante Carminativo Digestivo Antiespasmódico Expectorante Emenagogo Antiséptico notable Contiene vitamina C	Gran tónico digestivo, cardíaco y nervioso Carminativo Colerético Contra la hipertensión arterial Antiséptico	Estimulante Euforizante Carminativa Colerética Digestivo de las grasas Astringente Diurética	Estimulante Carriinativo Digestivo Antiespasmódico Pectoral, contra citarros y tos Antiséptico notable

SEMILLAS

Castellano	ALCARAVEA	AMAPOLA	ANIS
Otros nombres	Carvi - Comino alemán		Matalahuva
Parte empleada	Fruto	Semilla	Fruto
Nombre científico	Carum carvi	Papaver somniferum	Pimpinella anisum
Alemán	Kümmel	Mohn	Anis
Francés	Carvi Cumin des prés	Pavot	Anis vert
Inglés	Caraway	Рорру	Anise
Italiano	Carvi	Papavero	Anice
ENTREMESES HORS D'OEUVRE	Quesos Con manteca o queso*, en canapés	Con manteca, mayonesa, pasta de jamón o queso, en canapés	Cocktail de mariscos Salpicón de pescado Espolvoreado en canapés de mariscos
SOPAS	Pan Repollo* Crema de arvejas, hongos, papas* Consommés Bortsch	Decoración	Pescado Arroz Repollo Obstsuppe (frutas)
ENSALADAS	Lechuga Papas Pepino Puerro Remolacha Repollo Tomate Cole slaw Aderezos con yoghurt	Ensaladas con fruta Aderezos para ensaladas con fruta	Remolacha Ensaladas con fruta Ensaladas verdes Aderezos con miel
PESCADOS MARISCOS	Pescados asados* hervidos* o rellenos* Atún Carpa Raya Cangrejo y langosta asados Courts-bouillons		Pescados flameados o hervidos Almejas Cangrejo Langostinos Mejillones Courts-bouillons para mariscos*
AVES	Aves de caza: faisán, pato salvaje Ganso al horno Marinadas		Mole poblano Marinadas para aves de caza
CARNES	Cerdo Conejo Higado Riñones Guisos de cordero* o de vaca* Gulyas* Irish stew Marinadas para cerdo, cordero o vaca	,	Cerdo,conejo,cordero y ternera a la cacerola Guisos de ternera o vaca Marinadas
CEREALES LEGUMBRES PASTAS Arroz Apio Cebolla Espinaca Hongos* Nabos Pepino Remolacha Repollo* Zanahoria Zapallitos Leguminosas Papas en toda forma*		Arroz Arvejas Coliflor* Espinacas Nabos* Papas Zanahoria* Puré de papas Fideos Budín de fideos	Cereales Remolacha Repollo blanco o colorado Zanahoria Zapallo
SALAS	A la crema ácida Rábano picante (Kren) Salsas para legumbres y pastas		Salsas para pescados, mariscos y carne de caza
VARIOS	Platos con huevos o con queso: omelette y soufflé de queso Embutidos de cerdo* Vinagre Licor Kümmel Infusiones Jugo de tomate	Huevos revueltos Platos con queso	Embutidos Aguardientes Licores (anís, anisette, pastis) Bebidas con leche Té Infusiones* Jugos de frutas
PASTELERIA REPOSTERIA	Bizcochos* Budines* Masas* Panes* Pastel y torta de manzana Torta de café Frutas frescas o asadas Compotas Spice cake	Arrollados* Bizcochos* Budines* Masas* Panes* Tortas* Compotas Copas de fruta Manzana y pera asadas Muffins Mezelada con miel, en pastelería	Bizcochos* Masas Panes* Tortas Pastelería nórdica* Arroz con leche Compotas* Copas de fruta* Manzana asada* o en puré* Caramelos
PROPIEDADES MEDICINALES	Estimulante Carminativa Digestiva Tónico hepático Antiespasmódica Diurética Previene, la rancidez de las grasas	Calmante suave, en particular de las vias respiratorias y urinarias	Carminativo Digestivo Tónico del hígado Antiespasmódico Sedante Pectoral

AROMATICAS

Castellano	ANIS ESTRELLADO	APIO	COMINO	CORIANDRO
Otros nombres	Anís de China - Badiana		Comino de España	Cilantro - Culantro
Parte empleada	Fruto	Fruto	Fruto	Fruto
Nombre científico	Illicium verum	A pium graveolens	Cuminum cyminum	Coriabdrum sativum
Alemán	Sternanis	Sellerie	Kreuzkümmel Römischer Kümmel	Koriander
Francés	Badiane Anistétoilé	Céleri	Cumin Cumin d'Orient	Cpriandre
Inglés	Star anise	Celery	Cumin	Coriander
Italiano	Anice stellato	Sedano	Comino	Coriandolo "
ENTREMESES HORS D'OEUVRE		Cocktail de mariscos* Salpicón de pescado Con jamón o queso, en canapés y hors d'oeuvre	Escabeche de pescado Salpicón de aves Con queso blanco o Cheddar, en canapés	Seviche Pátés Espolvoreado en canapés de pasta de jamón, queso blanco o Cheddar
SOPAS	Pescado Obstsuppe (frutas)	Pescado* Almejas Ostras Pollo Papas Legumbres Cremas* <i>Bisques</i> * Caldos de aves o came	Mariscos Pollo Arroz Cebada Pan Garbanzos Lentejas Porotos Cremas Mulligatawny*	Pescado Mariscos Tortuga Cordero* Leguminosas Crema de arvejas* Mulligatawny*
ENSALADAS		Papas Repollo Legumbres Ensaladas con fruta Ensaladas verdes Cole slaw* Aderezos*	Aderezos para ensaladas con fruta	Ensaladas verdes
PESCADOS MARISCOS	Platos chinos con pescado*, abalones*, cangrejo* o langostinos*	Toda clase de pescados* y mariscos* hervidos Guisos* Rellenos Courts-bouillons	Camarones Langosta Langostinos Marinadas Platos del norte de Africa*, del Cercano Oriente* y mejicanos*	Pescados asados o hervidos Anguila Camarones Langostinos Rellenos Marinadas
AVES	Platos chinos con pato* o pollo*	Ganso,pato y pollo al horno Croquetas de ave Fricassée de pollo Guisos Rellenos Marinadas	Guisos de pollo Rellenos Marinadas Platos del norte de Africa*, del Cercano Oriente* y mejicanos*	Pato Pollo Pastel de pollo* Cazuelas Rellenos Marinadas*
CARNES	Platos chinos con cerdo*	Cerdo,cordero,vaca y ternera asados Comed beef Lengua Albóndigas Hamburgueses Pan de carne* Guisos* Rellenos* Marinadas	Cerdo,cordero y chivito asados Albóndigas Hamburgueses Pan de carne* Empanadas Guisos de cordero o vaca Platos mejicanos*	Cerdo* y jamón* al horno Albóndigas Hamburgueses Pan de carne Empanadas Guisos de cordero o vaca Rellenos para carne de caza* Marinadas*
CEREALES LEGUMBRES PASTAS	Platos chinos con hongos o soja	Berenjenas Nabos Pepino Porotos Remolacha Repollo colorado Zanahoria Ajies* y tomates* al horno o rellenos Papas a la crema Fideos	Arroz* Papas Remolacha Repollo* Zanahoria Todas las leguminosas* Choucroute Pizza	Arroz Couscous Alcauciles Cebolla Coliflor Espinaca Hongos Remolacha Repollo Tomate Zanahoria Zapallo Leguminosas Choucroute Papas fritas
SALAS	Salsas chinas*	Tomate Barbacue Ketchup Mayonesa condimentada* Salsas para pescados, mariscos y asados	Curry Tomate Barbecue Salsas para pescados, mariscos, pollo, asados y carne de caza Salsas mejicanas*	Curry* Portuguesa* Al vino: Salsas para asados y carne de caza Salsas mejicanas* y orientales*
VARIOS	Ponches Licores Infusiones*	Platos con huevos: revueltos, omelettes, sou fflés Embutidos de cerdo Pickles Jugos de legumbres*, tomate*	Huevos a la mejicana, rellenos, revueltos Omelettes Platos con queso Embutidos Chutneys	Embutidos* Chutneys* Pickles* Ponches, en especial con sidra Aguardientes Aperitivos Bitters Licores Infusiones En el café, dos granos por taza
PASTELERIA REPOSTERIA	Budines Panes suecos Compota de ciruelas, manzanas o peras Bombones Caramelos Mermeladas alemanas	En bizcochos y panes, en lugar de alcaravea Copas de fruta	En bizcochos y panes, en lugar de alcaravea Pasteles de fruta	Pastelería danesa*, sueca* y oriental* Flanes Budín de pan, arroz o tapioca Manzana y pera asadas, en compota o en puré Buns Muffins Spice cake
PROPIEDADES MEDICINALES	Estimulante Carminativo Digestivo Antiespasmódico Desodorante del aliento	Carminativo Digestivo Diurético Condimento adecuado para los diabéticos Contiene vitamina B	Estimulante Carminativo Digestivo Antiespasmódico Contiene vitamina A; calcio y hierro	Estimulante Carminalivo Digestivo Antiespasmódico Afrodisiaco Contiene vitamina A, calcio y hierro

SEMILLAS

Castellano	ENEBRO	ENELDO	FENOGRECO	
Otros nombres	Jinebro - Junípero	Aneldo - Aneto	Alholva	
Parte empleada	Fruto	Fruto	Semilla	
Nombre científico	Juniperus cumunis	Antehum graveolens	Trigonella foenum - graecum	
Alemán	Wacholder	Dill	Bockshornklee	
Francés	Genièvre	Aneth Fenouil bâtard	Fenugrec	
Inglés	Juniper	Dill	Fenugreek	
Italiano	Ginepro	Aneto	Fieno greco	
ENTREMESES HORS D'OEUVRE	Salpicón de aves Carnes frías Pátés de higado	Cocktail de mariscos Salpicón de pescado Con manteca* o queso*, en canapés		
SOPAS	Pescado Aves Repollo Biersuppe (cerveza) Caldos de aves* o cordero*	Pescado* Tortuga Pollo Papas* Porotos Remolacha Crema de arvejas, tomate* Bortsch *	Porotos colorados Legumbres Mulligatawny	
ENSALADAS	Papas Remolacha Repollo*	Coliflor Palta* Papas* Pepino* Remolacha Repollo* Tomate* Verdes Cole slaw* Aderezos		
PESCADOS MARISCOS	Pescados hervidos Atún a la parrilla Camarones Langostinos Guisos Marinadas	Pescados asados* o hervidos* Anguila Bacalao Caballa Carpa Lenguado Salmón Trillas Trucha Langosta Arenques y langostinos marinados Marinadas*	Curry* de pescado	
AVES	Aves de caza en general*, asadas o a la cacerola Pastel de aves Pato con repollo colorado Guisos* Rellenos* Marinadas*	Pato* Perdiz Pollo Ganso con castañas Pato al horno Perdiz con repollo Pollo a la crema Menudos Fricassées	Curry* de aves	
CARNES	Carne de caza*,en especial ciervo y jabali, cerdo,conejo,cordero y vaca asadas Jamón Higado Riñones Pasteles Guisos * Marinadas para carne de caza*	Cerdo y cordero* al horno o a la parrilla Achuras Hamburgueses Pastel de carne Guisos de cordero* o vaca Marinadas para cordero*	Conejo Cordero Curry* de cordero o vaca Guisos indios de cordero*, ternera* o vaca* Platos del norte de Africa*	
CEREALES LEGUMBRES PASTAS	Nabos Porotos Repollo colorado, Choucroute* Fideos	Arroz Arvejas Coliflor Chauchas Hongos Nabos* Pepino Porotos Remolácha Repollo* Tomate Zapallo Zapallitos Papas cocidas*, salteadas* o en puré* Choucroute *	Curry* de legumbres Guisos indios de lentejas (Dhal)*	
SALAS Poivrade Salsas especiadas para carne de caza* o vaca		- Ala crema acida Salsas para pescados* y mariscos*	Curry*	
VARIOS	Embutidos Vinagre* Aguardientes: Aquavit, Gin, ginebra, Schnaps Cervezas Licores Infusiones	Platos con queso Embutidos Vinagre Pickles, en especial pepino* y remolacha* Aquavit Vodka Infusiones Jugos de legumbres	Chutneys Pickles indios Imitación del extracto de maple Infusiones, en lugar de café o té	
PASTELERIA REPOSTERIA		Panes	~ 1	
PROPIEDADES MEDICINALES,	Carminativo Digestivo Depurativo de la sangre Notable diurético, contra arenillas y cálculos Desinfectante bronquial	Carminativo Estomacal En trastornos de hígado o riñones Condimento adecuado para los diabéticos	Tónico Vigorizante Afrodisíaco Antiséptico Desinflamante externo Contiene vitaminas Bl, B2 y complejo B	

AROMATICAS

Castellano	HINOJO	MOSTAZA	SESAMO	VAINILLA
Otros nombres			Ajonjolí - Alegría	
Parte empleada	Fruto	Semilla	Semilla	Fruto
Nombre científico	Foeniculum vulgare	Sinapis alba	Sesamum indicum	Vanilla planifolia
Alemán	Fenchel	Senf	Sesam	Vanille
Francés	Fenouil	Moutarde	Sésame	Vanille
Inglés	Fennel	Mustard	Sesame	Vanilla
Italiano	Finocchio	Senapa	Sesamo	Vaniglia "
ENTREMESES HORS D'OEUVRE	Cacinail de mariscos Salpicón de pescado o carne Quesos italianos*	Cocktail de langostinos Salpicones Con manteca, mayonesa o queso*, en canapés y sandwiches	Tostado,mezclado con manteca, queso blanco o Cheddar, en canapés y sandwiches	
SOPAS	Pescado* Tortuga Rabo de buey Castañas Papas Repollo Caldos	Cebolla Nabizas Papas Porotos Repollo	Cremas	Obstsuppe (frutas)
ENSALADAS	Papas Pepino Ensaladas verdes	Huevo Apio Papas Pepino Remolacha Tomate Verdes Céleri rémoulade* Cole slaw* Aderezos*	Tostado, en ensaladas con fruta*, verdes, de legumbres, papas*, tomate Aderezos*	
PESCADOS MARISCOS	Pescados asados* o hervidos* Camarones Cangrejo Langostinos Ostras Cauquetas Pasteles Caurta-bouillons*	Pescados asados*, hervidos* o rellenos* Anguila Arenque Carpa Mariscos al horno Almejas Mejillones Homard Thermidor Marinadas*	Pescados al horno, a la parrilla o fritos Camarones Cangrejo Langosta Langostinos Rellenos	Pescado relleno con naranja
AVES	Ganso y pato al horno Relienos para aves de caza Marinadas	Pollo frito Supremas de pollo En croquetas, con el pan rallado Marinadas	Tostado .espolvoreado en pollo al horno, a la parrilla o frito Mole poblano Rellenos para pavo o pollo	Pato salvaje relleno Pato con cerezas
CARNES	Cendo, cordero* y vaca* al homo o a la parrilla Higado* Riñones* Albéndigas Pan de carne Pastel de conejo Guisos Marinadas para cordero*	Cerdo y jamón al horno Conejo* Bifes Costillas Albóndigas Pan de carne Bife a la tártara* Guisos Rellenos para carne de caza* Marinadas*	Costillas de cerdo o ternera Albóndigas Hamburgueses Guisos Rellenos	
CEREALES LEGUMBRES PASTAS	Alcauciles Bróculi Cebolla Coliflor Lentejas* Papas Pepino Perotos Repollo Hongos salteados Choucroute*	Apio Batata Bróculi Espárragos Pepino* Remolacha* Repollo* Repollitos de Bruselas* Habas y porotos al horno Papas al gratin Choucroute* Macarrones	Arroz* Batata Berenjenas Espárragos Espinaca Papas* Repollo Zanahoria Zapallo Zapallitos Hongos rellenos Fideos	
SALAS	Salsas para pescados* y cerdo Salsas para pastas y pizza	Bearnesa Diablo Mostaza* Barbecue Gribiche Cambridge* Ketchup Mayonesa condimentada* Rémoulade* Tártara Vinagreta Mantecas para pescados y cerdo	Tahina Salsas para postres* en lugar de nueces	Salsas mejicanas Salsas para postres*: chocolate, frutas, vainilla
VARIOS	Omelettes Tortillas Embutidos italianos* Licores Infusiones	Platos con huevos o con queso: revueltos, fondues, omelettes, soufflés, Welsh rarebit Embutidos Chutneys * Pickles * Chow-chow * Picalilli *	Huevos revueltos Platos con queso: fondues, omelettes	Ponches Eggnog Sangría Licores Café Té Bebidas con leche Chocolate* Milk shakes*
PASTELERIA REPOSTERIA	Pasteles y tortas, en especial de manzana Panes* y roscas* italianos Frutas al horno		Arrollados*, galletitas, masas*, panes* y tortas* (espolvoreado o en rellenos, en lugar de nueces) Postres orientales* Buns Scones	Pastelería* Flanes* Budín de arroz, pan o tapioca Arroz con leche* Compotas Manzana asada Baños* Cremas* Helados* Bombones Caramelos Apfelstrudel
PROPIEDADES MEDICINALES	Estimulante Aperitivo Carminativo Coleretico Digestivo de las grasas Antiespasmódico Contra la obesidad	Estimulante Aperitiva Carminativa Digestiva Activante del páncreas Diurética	Tónico y reconstituyente cerebral y físico Contiene vitamina E y fósforo	Estimulante Digestiva Pectoral, contra catarros, en especial del fumador Afrodisiaca

Ají - Azafrán - Canela de Ceilán - Cardamomo - Clavo de olor - Cúrcuma - Galanga - Jengibre - Macis - Nuez moscada - Pimentón dulce - Pimentón picante - Pimienta blanca - Pimienta negra - Pimienta de Cayena - Pimienta de Jamaica

HIERBAS AROMATICAS

Ajedrea - Albahaca - Artemisa - Borraja - Estragón - Hisopo - Laurel - Mejorana - Melisa - Menta piperita - Orégano - Perejil - Romero - Salvia - Tomillo

SEMILLAS AROMATICAS

Alcaravea (Kümmel) - Amapola - Anís - Anís estrellado (Badiana) - Apio -Comino - Coriandro - Enebro - Eneldo - Fenogreco - Hinojo - Mostaza - Sésamo (Ajonjolí) - Vainilla

CONDIMENTOS

Ajo en polvo - Alcaparras - Cebolla en polvo - Chalote en polvo - Glutamato monosódico (Aji-No-Moto) - Hongos secos - Puerro en polvo - Rábano picante (Kren) - Salitre - Tamarindo

FRUTAS SECAS

Almendras - Avellanas - Castañas de Cajú - Castañas de Pará - Castañas pilongas - Maní - Nueces - Pasas de uva Moscatel - Pasas sultanas negras - Pasas sultanas rubias - Piñones - Cascaras y frutas abrillantadas, confitadas y glacés

LEGUMBRES DESECADAS EN POLVO FÉCULAS - HARINAS

ARTÍCULOS PARA REPOSTERÍA

LICONDIMENTOS - CONSERVAS - SALSAS Nacionales y de importación

CAFES - TES



EL GATO NEGRO CENTRO DE TODOS LOS SABORES

Corrientes 1669 CAPITAL

REPUBLICA ARGENTINA

Editado por El Gato Negro S.A.C.I. Corrientes 1669 - Buenos Aires

Queda hecho el depósito que marca la ley 11.723 Prohibida su reproducción parcial o total.



EL GATO NEGRO

CENTRO DE TODOS LOS SABORES

CORRIENTES 1669 Tel. 4374-1730 Fax 4371-6942 (C.P. 1042) CAPITAL