

¡Bon
apettit!





Escuela Integral Gastronómica
CÓRDOBA

EN LA MESA DE CADA PAÍS

A partir de este mes, la gastronomía del mundo llega a nuestras páginas a través de las recetas claves de la cocina internacional.

La alimentación es uno de los elementos más representativos de la identidad de cada pueblo. Así, la paella no puede entenderse fuera del territorio español, las pastas definen el sentido básico de los italianos. A su manera, la gastronomía francesa ofrece rituales únicos que muestran su idiosincrasia mientras los alemanes confieren a sus recetas típicas el valor emocional y territorial que los identifica como tales.

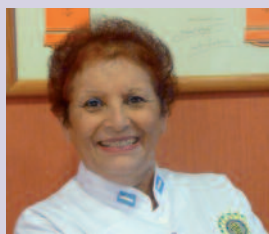


En estos fascículos de entrega mensual, también hay un lugar reservado para nuestra cocina argentina y la mejicana como representantes de la gastronomía americana, para cerrar con la cocina oriental, tan particular como exquisita.

A manera de adelanto, este es el contenido de la nueva sección especial que AQUÍ PM ofrece a sus lectores con el calificado asesoramiento de Celia Escuela Integral Gastronómica, para continuar la metodología de capacitación, destinada a orientar la búsqueda de una vocación profesional redituable.



Cada fascículo contiene recetas características acompañadas de una breve reseña geográfica y cultural, más curiosidades, formas de comer, utensilios, alimentos y condimentos propios de cada país.



Celia de Degiovanni

TEMARIO

UNIDAD 1.
(Noviembre)
COCINA ESPAÑOLA

UNIDAD 2.
(Diciembre)
COCINA FRANCESA

UNIDAD 3.
(Enero)
COCINA MEJICANA

UNIDAD 4.
(Febrero)
COCINA ITALIANA

UNIDAD 5.
(Marzo)
COCINA ARGENTINA

UNIDAD 6.
(Abril)
COCINA ALEMANA

UNIDAD 7.
(Mayo)
COCINA ORIENTAL I

UNIDAD 8.
(Junio)
COCINA ORIENTAL II

Producción de contenidos: Celia Escuela Integral Gastronómica

www.celiagastronomia.com.ar - mail: info@celiagastronomia.com.ar - www.facebook.com/Escuela.celia

Buen gusto y sensualidad

Influída por la Roma clásica, la gastronomía francesa ha llegado a ser uno de los mayores reductos del buen gusto, la sensualidad y la libertad. Buenos vinos, postres deliciosos, ensaladas y exquisitos quesos son algunas de las muestras de la cocina francesa.

Siempre se ha dicho que la gastronomía de un país es un fiel retrato de su historia y cultura. Pues bien: Francia es una muestra de ello. Un país con una fuerte y poderosa historia, adonde el arte resulta fundamental y para el que la libertad, el refinamiento y la sensualidad son valores básicos, no



podía haber concebido una cocina de otro tipo. La cocina en Francia es la cocina de los reyes y de la nobleza. En ella se dan cita en su justa medida, la presencia encantadora y la sencillez elegante. Todo ello sin olvidar el espíritu innovador y la curiosidad desbordante que durante siglos han colocado a Francia a la vanguardia del progreso tecnológico y científico.

Otra característica que no se puede dejar de lado es el carácter reservado y singular del protocolo, que desestima la costumbre hispánica de halagar los alimentos y charlar acerca de su preparación.

SUS ESPECIALIDADES

Francia posee una de las mayores fortunas en cuanto a panes y repostería se refiere. Los más extravagantes caprichos del paladar pueden ser satisfechos mediante el disfrute de sus pastelitos, buñuelos, merengues y magdalenas.

Los franceses adoran el sabor de las carnes frías, cuya variedad resulta envidiable y especialmente satisfactoria.

En Francia, pueden encontrarse alrededor de 350 variedades de quesos, lo cual sitúa al país galo a la cabeza de la producción mundial de este alimento. Entre ellos destacan dos variedades muy conocidas y popularizadas: el Camambert y el Fromage Fermier.

La Mousse -término francés que se traduce como espuma- recoge la esencia fundamental del refinamiento de la buena mesa francesa. Se aplica tanto a los famosos champagnes y vinos espumosos como al sabroso Foie Grass francés y a la reconocida Mousse de Chocolate. En la Mousse se reúne el placer de la presencia, la singularidad del tacto y el exquisito sabor que anuncia la cultura franca.

Ensaladas para todos los gustos. En la comida tradicional francesa, rara vez falta la ensalada, fruto de lo más tierno de la huerta gala. Estos sanos y ligeros platos, a menudo, contienen carnes frías, como son el pollo o la ternera, que en manos francesas se convierten en un manjar capaz de asumir y presumir de mil formas.

Salsas y cremas: la gran elaboración y distinción de los guisos franceses queda patente en su repertorio de salsas y cremas. En ellas puede disfrutarse de toda la suavidad, distinción y sensualidad del gusto francés.

Los caracoles de Borgoña, el Pissaladier de Provenza, el Paté de Champiña, los famosos Espárragos del valle del Loira, la Mostaza de Dijon y los Quiches de Lorraine, son productos clave en la Galia y que son de obligada degustación, si se visita Francia.



Blanquette de ternera

PROCEDIMIENTO:

Cortar la carne en dados de 5 cm. de lado aproximadamente. Pelar los vegetales, colocarlos en una cacerola junto con la pimienta en grano, 2 litros de agua y una pizca de sal. Agregue la carne y déjela ebulir por espacio de 70 minutos. Cuando esté cocida retirarla y reservarla, filtrar el caldo de cocción y reservar.

En una cacerola fundir la manteca y agregar la harina, revolver y cocinar a fuego medio unos segundos para que la harina pierda el sabor a crudo. Vierta el caldo suavemente y revuelva constantemente. Vierta la crema de leche y deje cocinar unos segundos, retire la cacerola del fuego y agregue las dos yemas revolviendo constante-

mente para integrarlas, rectificar la sazón y reservar.

Cortar en cuartos los champiñones y limpiar las cebollitas. En una cacerola calentar el aceite y saltear los hongos junto con las cebollitas, reservar. En una fuente colocar los cubos de carne cocidos junto con los vegetales salteados, por encima colocar la salsa y llevar a horno moderado por espacio de 5 minutos, retirar y espolvorear con ciboulette picado.



Ingredientes (4 porciones)

Cuadril	800 gr.
Cebollas	400 gr.
Zanahorias	400 gr.
Manteca	50 gr.
Harina	50 gr.
Crema de leche	150 gr.
Huevos	2 unid.
Pimienta en grano	cant/nec.
Sal	cant/nec.

Guarnición:

Champiñones	200 gr.
Cebollas (pequeñas)	200 gr.
Aceite	20 ml.
Ciboulette	5 unid.



Tarte tatin

Ingredientes (4-6 porciones)

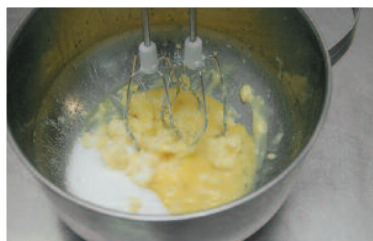
Masa:

Harina	150 gr.
Manteca	75 gr.
Azúcar	40 gr.
Huevos	25 gr.

(un huevo tiene 50 gr. aprox., entonces hay que batir un huevo entero y usar luego la mitad)

Relleno:

Manzanas verdes	300 gr.
Manteca	60 gr.
Azúcar	60 gr.
Canela en polvo	cant./nec.
Crema de leche	150 gr.
Azúcar impalpable	50 gr.



Colocar la manteca y el azúcar en una sartén, cocinar revolviendo hasta dorar, agregar los gajos de manzana y cocinarlos.

Ubicar las manzanas con la canela en el molde realizando un círculo. Cocinar 20 minutos en horno moderado hasta que la masa quede dorada.

Dejar reposar unos minutos y desmoldar.

Batir la crema de leche junto con el azúcar hasta obtener el punto chantilly.

Servir una porción de tarta tibia, junto con la crema montada, decorar con hojas de menta y el almíbar de las manzanas.

PROCEDIMIENTO

MASA: Batir la manteca con el azúcar y los huevos hasta homogenizar, agregar la harina en un solo paso y unir sin amasar (método cremoso). Dejar reposar en frío durante un lapso no menor de 15'.

Forrar el molde elegido y reservar en frío.

RELLENO:

Quitar los corazones a las manzanas. Pelarlas y cortarlas en gajos.





Bullabessa



PROCEDIMIENTO:

Retirar los filets del pescado y reservar en frío. Pelar los vegetales y cortarlos irregularmente.

En una cacerola calentar el aceite de

oliva, sudar los vegetales e incorporar las espinas del pescado, verter los 2 litros de agua y llevar a ebullición por espacio de 20 minutos. Retirar del fuego y filtrar el fondo y reservarlo.

Ingredientes (4-6 porciones)

Pescado (redondo)	1 Kg.
Cebollas	400 gr.
Puerros	400 gr.
Apio	200 gr.
Ajo	20 gr.
Aceite de oliva	50 ml.
Langostinos	200 gr.
Agua	2 litros
Hinojo	200 gr.
Tomate triturado	200 gr.
Azafrán en hebras	2 gr.
Sal	cant./nec.
Pimienta	cant./nec.

Salsa (Rouille)

Ajo	10 gr.
Pimiento rojo asado	200 gr.
Huevo	1
Aceite	200 ml.
Pan tipo Baguette	1



Picar finamente una cebolla, el hinojo y un diente de ajo. En una cacerola calentar el aceite y dorar los vegetales picados, agregar el tomate triturado y dejar cocinar por espacio de 3

minutos, agregar las hebras de azafrán junto con el caldo filtrado anteriormente, llevar a ebullición, cuando comience a hervir añadir la carne de pescado junto con los langostinos pre-

viamente limpiados, cocinar por espacio de 7 minutos, rectificar sazón y reservar.

SALSA:



Procesar el pimiento rojo asado junto con el ajo y la yema de huevo, agregar el aceite lentamente y emulsionar la preparación (debe tomar la consistencia de una mayonesa) rectificar la sazón.

Cortar rebanadas del pan baguette y realizar tostadas con las mismas. Untar la salsa sobre las tostadas.

Curiosidades

Curiosidades de la cocina francesa

CRÊPES SUZETTE

Hay una versión oficial que dice que la creación de este plato se debe al maestro **Escoffier**, pero todo iba bien hasta que apareció un señor **Henri Charpentier**, discípulo del gran Auguste.

Charpentier aseguraba que el plato era creación suya y que el nombre se debió a la casualidad de prepararlas, en el Hôtel de Paris de Montecarlo, para el entonces **Príncipe de Gales**, que luego sería el **rey Eduardo VII de Inglaterra**. Éste, en 1896, observó como las preparaba al costado de su mesa, donde se encontraba acompañado de una jovencísima damita francesa. El Príncipe prueba las afamadas *crêpes*, y tras elogiarlas sin retaceos, preguntó el nombre del plato.

El discípulo de Escoffier le propuso ponerles su nombre, ya que no tenían ninguno. Y el futuro rey, mirando soñadoramente a la damita, que obviamente no llegaría a reina de Inglaterra, le respondió: " *Oh no, no soy digno de esto, pero pongámosle el nombre de esta joven personita que me acompaña...* ". La jovencita se llamaba **Suzette**.

Auguste Escoffier. El Escoffier de la historia no planeaba en su niñez llegar a ser el gran cocinero que fue. Su vocación era ser un artista dedicado a la pintura. Su padre, con exceso de realismo, lo envió a los 13 años a cocinar con un hermano suyo. Y así recalca en el *Restaurant Français* de Niza.

Deambula por la profesión, participa de la guerra de 1870, y un día César Ritz lo descubre y lo lleva a las cocinas en Londres: el hotel Savoy.

Y es Ritz mismo quien explica sus intenciones: "ofrecer una cocina que se desarrolle en base al clasicismo y las tradiciones de la cocina francesa".



Su idea central era ofrecer a los británicos lo que ellos iban a buscar Francia, y que por aquellos años se identificaba como la *cuisine décorative*.

LAS PAPAS FRITAS

Los franceses juran ser lo inventores del plato. Se dice que a fines del siglo XIX sobre el Pont Neuf de París se instalaban los vendedores de esta delicia, que preparaban a la vista de sus clientes munidos de braseros y sartenes. La ortodoxia indica que deben ser cortadas en bastones con un ancho de once milímetros, y servidas en cucurucho de papel, para poder comerlas con la mano mientras se pasea. Las proporciones de distintos aceites y grasas para freírlas, sigue siendo un misterio.

Curnonsky escribió: " *las papas fritas son una de las creaciones más espirituales del genio parisino* ". El lío se arma si se le pregunta a un belga que opina de esto... Y ni le cuento si le pregunta al filósofo Roland Barthes que propuso crear una **Academia de la Papa Frita** por las siguientes razones: " **la papa frita es nostálgica, patriota, como un bife**