

## COCINA HISTÓRICA

- Francisco Martínez Montiño, cocinero que estuvo al servicio de tres reyes: Felipe II, Felipe III y Felipe IV, es decir que, desde 1586 hasta 1620 al menos, cada vez que el rey paraba en Torrelodones, era Maese Montiño el responsable del gobierno de las cocinas y despensa reales para más información, nuestro [artículo “Maese Montiño cocinero de reyes” en la revista “Torre” de junio de 2018.](#)

Rescatamos algunas recetas de su obra que, como recopilación de toda su experiencia como cocinero real, publicó a principios del siglo XVII (“Arte de cozina, pasteleria, vizcocheria, y conserveria”. Martínez Montiño[1], Francisco. Impresor: Sánchez, Luis. Madrid, 1611. BNE, R/1472 - <http://bdh.bne.es/bnearch/detalle/bdh0000010713>. CC-BY-NC-SA: Atribución- NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional -CC BY-NC-SA 4.0)

### COMO SE HA DE HAZER EL ARROZ.

Tomarás el arroz y aventarlo has de las pajas y las ogitas; luego lávalo con agua tibia hasta que salga el agua clara; luego arrópalo[1] en un colador cerca de la lumbre y tendrás tantas açumbres[2] de agua caliente como son libras de arroz, y échalo dentro en el caço, y cueça dos hervores, y apártalo, y tápalo[3] cerca de la lumbre, y ello irá esponjando, y embeverá toda el agua. Luego échale otras tantas açumbres de leche, como ay libras[4] de arroz, y echa el açúcar, a media libra de açúcar para cada libra de arroz, y saçonalo de sal, y ponlo al fuego de la brasa, y cueça poco a poco, y menéalo mui pocas vezes porque no se deshaga el grano; y con esto saldrá granado y duro. Y si el arroz fuere para mesa mui regalada[5], podrá echar tres quarterones[6] de açúcar a cada libra de arroz, y entiéndese que el arroz ha de ser bien granado, porque de otra manera nunca sale bueno.

[1] Generalmente con un lienzo. [2] Alrededor de 2 litros. [3] Con la tapa del cazo. [4] Alrededor de 460 grs. [5] Rica y delicada. [6] Cuarta parte de la libra.

### BUÑUELOS DE ARROZ.

Deste arroz podrás hazer buñuelos, apartando un plato dello, y déxalo enfriar; luego échale un puñado de harina, y dos huevos con claras, y revuélvelo con un cucharón, no más de quanto se embreva la harina, y los huevos, porque si los revuelves mucho, se echará a perder. Luego pondrás la manteca[1] al fuego, y echarás buñuelos con un cucharón que sean un poco grandes, y fríelos bien, que salgan morenos, y sírvelos con miel, y açúcar, y canela por encima. Son mejores de lo que parece, la harina échasela de una vez, y antes pequen de mucha harina que de poca.

[1] En la actualidad, se encuentra sin problema en los supermercados.

### ARROZ A LA PORTUGUESA

Harás una libra de arroz con leche de la manera que está dicho arriba; y cuando lo quisieres servir, batirás una dozena de yemas de huevos muy batidos, y pondrás el arroz sobre la lumbre e irás echando estas yemas de huevos y revolviéndolo muy aprisa; y dando un hervor, sácalo, y échalo en los platos, y echa el açúcar y canela por encima, y sírvelo caliente.



- Y, ya metidos entre pucheros, ponemos algunas recetas de **cocina popular**:

Muchos de nosotros conservamos como una joya los libros de cocina de nuestras abuelas y bisabuelas como “La cocina de las familias” de Rosina Forestier<sup>1</sup>, un recetario muy conocido en los hogares de la España de la preguerra<sup>2</sup>, guerra y postguerra de 1936-39.

El editor advierte al comienzo:

“Este libro está destinado a las familias de posición relativamente modesta, cuyo presupuesto es limitado y que no pueden disponer de un personal dedicado en absoluto a las tareas culinarias... una serie de fórmulas que, reuniendo las condiciones de ser sencillas y de escaso costo, constituyan, a la vez, una alimentación sana y variada y permitan satisfacer el gusto de los paladares más delicados”...

#### *POTAJE DE LENTEJAS*

“Se cuecen los garbanzos en agua con sal. Se fríe en aceite un picadillo de ajo y cebolla, tostando a la vez un par de cucharadas de harina y se agrega todo al puchero en que cuecen las lentejas. Se deja que cuezan éstas y se espesa el caldo con una yema de huevo bien batida”.

#### *CROQUETAS DE GALLINA*

“Se pican dos tozos de gallina y de jamón cocidos, y una rama de perejil y se sazona con sal y pimienta. Se pone al fuego una cacerola con manteca, en la que se rehoga una cucharada de harina, agregando un poco de agua y el picado. Se deja cocer una media hora, sin cubrir, para que haya evaporación, se retira y se deja enfriar la pasta. Se adiciona a ésta una yema de huevo, se toman pequeñas porciones, que se moldean con una cuchara de madera, se pasan sucesivamente por harina, Huevo batido y pan rallado y se fríen a fuego vivo.

Lo mismo puede hacerse de pescado”.

#### *CONFITURA DE UVAS*

“Se desgranar las uvas y se sacan las pipas con una pluma de ave afilada. Para 400 gramos de uvas, se funden en un vaso de agua otros 200 de azúcar, hasta que cueza a borbotones. Se agregan entonces las uvas, se dejan dar un par de hervores, se retiran y se colocan en frascos, llenándose hasta la mitad. Se reduce el almíbar al fuego y se llenan con él los frascos, vertiéndolo sobre las uvas”.

---

<sup>1</sup> SOPENA, Ramón, Editor, Provenza, 93 a 97, Barcelona. Ésta se trata de una edición anterior a 1930, ya que después se refleja el año de publicación.

<sup>2</sup> En la marca de agua, la tienda de ultramarinos de Teodoro Laso en la Colonia -Torrelodones, 1927-.

