

Guadalupe.



«Puedes quedarte un día más» era la forma que tenía mi chico de decirle que le había encantado la comida.

Cada vez que nos visitaba yo le cedía el mando de mi cocina y ella, haciendo un despliegue de sabiduría, convertía cada uno de sus platos en lecciones magistrales, no sólo culinarias, las suyas eran lecciones de vida.

Defensora, como buena vasca de la cocina de mercado hacía hincapié, siempre, en la importancia de la calidad de los productos. Disfrutaba eligiendo el género en el mercado de Motril en el que aún la recuerdan, intercambiaba opiniones y nombres de peces con los pescateros y no paraba hasta dar con los mejores tomates. Luego ya en casa era una delicia ver el mimo con el que trataba cualquier alimento.

Sus recetas no eran sofisticadas pero estaban llenas de honestidad, jamás utilizaba productos con conservantes o colorantes , pasábamos largos ratos leyendo las etiquetas en el súper pues , a raíz de su enfermedad, hizo suya la frase de » somos lo que comemos» y cuidó al máximo de que en su cuerpo no entrasen más que los venenos que le daban en el hospital.

La fruta la volvía loca, era capaz de emocionarse viendo un cesto de mangos , aún recuerdo cuando Valeriano Ferreira tuvo la gentileza de enseñarnos sus cultivos. Parecía una niña , feliz con la caja de frutas que le regaló y que envolvió una a una para que no sufrieran en el avión de regreso a Bilbao.

Aprendí de ella algunos secretos de la cocina vasca, a procurar lo mejor para los míos y a como decir te quiero a través de una simple ensalada.

Convirtió una sentencia de seis meses en casi seis años a base de buena mesa y

durante ese tiempo fue parte esencial de nuestras vidas.

Hace ya dos años que me falta y la extraño.

Ojalá se hubiera quedado muchos días más.

Hoy vamos a brindar por ella y prepararé dos de sus recetas, «Ensalada de patata, tomate y cigalitas con salsa de mostaza» y » Arroz marinero» (arroz con conchitas de Guadalupe) . Son dos platos muy sencillos pero que harán las delicias de los paladares más exigentes.

Espero que os gusten, besos.

Pero antes y para abrir boca, una cerveza bien fresquita con unos sabrosísimos mejillones al vapor, en mi mente, su canción favorita » I will survive»



» Ensalada de patata, tomate y cigalitas con salsa de mostaza».

Ingredientes (para 4 personas):

- 100 gr. de canónigos (o lechugas).
- 2 patatas grandes.
- 3 kumatos.
- 2 aguacates.
- 8 cigalitas.
- 200 gr. de mayonesa ligera.
- 2 cucharadas de mostaza a la antigua.

- Sal y pimienta negra molida y en grano.
- 1 hoja de laurel.
- 1 cucharada de glassa balsámica de Módena.



Lavamos y cocemos las patatas sin pelar en agua con sal hasta que estén tiernas. Cocemos también, durante dos minutos escasos, las cigalitas en agua hirviendo con sal, unas pimientas negras en grano y una hoja de laurel.

Sacamos del agua y dejamos enfriar ambas cosas. Salpimentamos los canónigos y los ponemos como base en el plato. Pelamos la patata y las cortamos en rodajas de un par de centímetros de grosor y colocamos 3 sobre los canónigos. Mezclamos la mayonesa con la mostaza y ponemos una generosa cucharada sobre la patata. Añadimos un abanico de aguacate, tres rodajas de tomate de aproximadamente un centímetro y ponemos un poco más de salsa. Terminamos colocando encima un par de cigalitas peladas pero sin quitarles las cabezas. Decoramos con un hilo de la glassa balsámica.



» Arroz marinero»

Ingredientes (para 4 personas):

- 2 vasos de arroz de Calasparra.
- Medio Kg. de gamba blanca (o langostinos).
- Medio kg. de almejitas (chirlas).
- 1 cebolla tierna o cebolleta pequeña.
- 1 pimiento verde grande.
- Medio vasito de aceite de oliva.
- . Una ramita de perejil fresco.
- Sal y pimienta negra molida.



Ponemos en agua fría con sal las almejas para que suelten los restos de arena que pudieran tener.
Pelamos las gambas y con las cabezas, cascara y un poco de sal hacemos un caldo que mantendremos caliente. Al vapor abrimos las almejas y las reservamos

separando la mayor parte de sus conchas.

Picamos en trocitos muy pequeños, el pimiento, la cebolleta y el perejil. Los rehogamos en el aceite y cuando empiecen a dorarse incorporamos el arroz. Agregamos el caldo caliente (algo más del doble de caldo que de arroz) y removemos con frecuencia para que el arroz suelte el almidón que hará que tenga una textura muy cremosa. Justo antes de apartarlo cuando el caldo esté casi consumido, añadimos las gambas peladas (reserva alguna sin pelar para la presentación final del plato) y las almejas, algunas con la concha para que sea más cómodo de comer pero a su vez le dé ese aspecto marinero. Tapamos con un paño y dejamos reposar unos tres minutos. Listo para servir acompañado de un vino blanco bien fresquito.

