

Así parece que nació la merluza con kokotxas y almejas

Ningún tesoro como la merluza capitaliza y expone la cocina vasca. Oro y brillantes lucen fórmulas que han pasado a la posteridad: en salsa verde, la cola rellena hoy en declive, el pastel, la primavera koskera con sus matices, las sibiríticas kokotxas, el fastuoso cogote y el mayor timbre de gloria de la culinaria vasca moderna, los lomos de merluza con kokotxas y almejas, que probablemente sea el ofrecimiento más extendido en la restauración pública del país.

Es uno de los poquísimos platos de nuestra cocina que tiene en regla los papeles: conocemos cuándo y cómo surgió y su proceso de implantación. Por lo menos, así confiamos que se escriba la historia mientras no nos demuestren lo contrario. Allá por 1971 ó 1972, Pablo Goicoechea Cendoya tenía una

cuchipanda en la Sociedad Ollagorria, sita en la subida al monte Urgull. Para que fuese gratificante, se aprovisionó de género en la pescadería Chivite, ubicada en la plaza de la Constitución. Ante aquel bodegón marino, quedó impresionado, entrándole por el ojo una merluza que aún coleaba. También acarreo con unas cuantas almejas. Y a las kokotxas no se pudo resistir. Los tres manjares, según palabras del zumayatarra Pablo Goicoechea, fueron adquiridos por mor de la frescura y calidad de que hacían gala. De allí partió hacia la sociedad, donde entregó lo adquirido a Basili, legendaria cocinera de la misma. Y le dijo: «Prepárame una cazuela en salsa verde con todo lo que te traigo, ya que, de tantas cosas buenas, no puede salir un guiso malo». Basili lo ofició siguiendo las

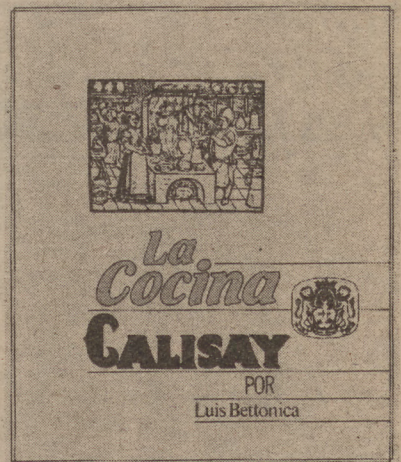
indicaciones que Pablo le dio. Este se sentó a la mesa con su hermano Avelino Goicoechea, Juan Tellería, Pedro Zugasti y Juan Ibarra. Parece ser que la panda se chupó los dedos con la ocurrencia de Pablo y sopearon hasta la última gota de aquella portentosa salsa verde ilustrada.

Deslumbrado por el exitazo, Pablo apareció al poco tiempo por el restaurante Juanito Kojua y le comentó a Javier Arbizu, hoy propietario de Salduba y entonces cocinero del Kojua, el logro y sus virtudes. Este agudizó el oído y rápidamente puso en marcha el nuevo plato, que apareció en carta con el nombre de merluza Kojua. Tuvo una acogida apoteósica, fruto de la cual se generalizó paulatinamente hasta llegar a la omnipresencia actual. En el transcurrir de estos años sólo ha sufrido una feliz matización: dejar las primitivas rodajas con sus consustanciales espinas y oficiarse y servirse en cómodos lomos.

La pregunta se impone: ¿Qué aporta la merluza con kokotxas y almejas? La unión de tres salsas verdes: la de la merluza, la de las kokotxas y la de las almejas, variante conocida como a la marinera. Y quizás habría que circunscribirlo a la incorporación de un ingrediente. Pues a la merluza en salsa verde ya se le magnificaba con almejas en los albores de los setenta y con anterioridad a esa fecha José Castillo, en su Manual de Cocina Económica Vasca, da la fórmula de kokotxas a la donostiarra, donde aparecen emparejadas con almejas. Receta que el conspicuo José aprendió y ejecutó allá por los años treinta en La Urbana.

Sea la unión de tres salsas verdes, sea el añadido de un ingrediente, lo que parece mezquino negar es la genialidad que aquel golpe de inspiración portaba. Porque si algunos sostienen que esta conjunción era una perogrullada, habría que decirles que nada ágiles estuvieron. En fin, que no sé si será un invento, pero está claro que sólo uno tuvo el estado de gracia, el talento, para hacer de lo más sencillo lo superior. Y un hito ha marcado.

Rafael GARCIA SANTOS



Treinta apetitosas recetas

La empresa «Pedro Rovira», propietaria del famoso licor «Calisay», encargó a Luis Bettónica un pequeño recetario con un prólogo sobre el tema. El ha recopilado bajo el título de «La cocina de Calisay», una treintena de fórmulas de reputados restaurantes españoles.

Entre las mismas, es menester destacar los borrachines, de Akelarre; el ragú de cigalas con pasta, de Arzak, y la tarta, de Castillo, todo al calisay.

Cada receta, cuidadosamente explicada, es acompañada por una fotografía del plato. Y como abreboza de tan succulentos manjares, Bettónica nos cuenta la etimología de la palabra, la elaboración del licor, los encantos y aplicaciones de la bebida y nos profetiza la vuelta de los sabores dulces; ello con la prosa amena y bella que le caracteriza.

Los interesados por el librito pueden escribir a Destilerías Mollfulleda. Avda. de Carrilet, 257. Hospitalet (Barcelona). Ahora bien, es condición imperativa mandar una etiqueta de «Calisay». Vale la pena, y mucho.

Un plato de temporada y una golosina, de Salduba

Alcachofas rellenas de sisas o perrechicos

Ingredientes para dos raciones: 8 alcachofas, 150 g. de sisas o perrechicos, 1 loncha de jamón serrano de 50 g., 2 ajos tiernos, 3 cucharadas de aceite, 1/4 limón y sal.

Elaboración: Cortar la parte superior de las hojas de las alcachofas, así como arrancar las hojas exteriores. Pegar un corte plano sobre la base, desprendiéndolas del rabo. Con la ayuda de una cucharita extraer el corazón. Esta última operación si se quiere también se puede hacer una vez cocidas.

Poner un puchero a fuego vivo con abundante agua, el limón y la sal. Cuando rompa a hervir, se echan las alcachofas que se tendrán 15 ó 20 minutos desde que vuelvan los borbotones, según dureza de las alcachofas. Sacar, escurrir sobre un paño y dejar templar.

Mientras se cuecen las alcachofas, poner una sartén a fuego lento con el aceite y los dos brotes de ajos tiernos. Justo cuando vayan a empezar a tomar color, se echan las sisas troceadas que se tendrán hasta que consuma su agua, unos diez o doce minutos. Entonces, se incorpora el jamón cortado en juliana, se sazonan ligeramente teniendo en cuenta la presencia del mismo y se retira en medio minuto.

Rellenar las alcachofas con las sisas. Poner por encima la juliana de jamón y algunos trocitos de ajos tiernos. Meter al horno hasta que se caliente. Servir en dos platos.

Notas: Este plato se sirve con una salsa de sisas, aunque no es imprescindible pero siempre mejora. Si se quiere hacer, se necesita: 50 g. de sisas, 1 cucharada de aceite de oliva, 20 g. de jamón en juliana, 1 cucharita de harina y 3 dl. de caldo de carne. Proceder

así: se hacen las sisas troceadas en una sartén a fuego lento durante diez minutos. Durante ese tiempo, se sazonan con sal. Transcurrido, se echa el jamón y se espolvorea la harina, removiendo con una espátula durante unos segundos. Se agrega el caldo de carne y se deja dar un hervor de cinco minutos. Napar las alcachofas y cubrir el fondo del plato con esta salsa.

Lo lógico es agregar estos ingredientes a los del relleno y hacer las setas y el jamón como se indica para el relleno. Una vez hecho, se retira lo necesario, se pone al fuego, se espolvorea la harina, se vierte el caldo, terminando de hacer.

Crema frita

Ingredientes para ocho raciones: 1,5 l. de leche, 8 yemas, 250 g. de azúcar, 125 g. de harina, 1 plao de canela, 1 palo de vainilla, la cáscara de 1 limón, 3 dl. de aceite de oliva, harina y 2 huevos.

Elaboración: Poner un cazo a fuego vivo con la leche, la canela, la vainilla, el azúcar y media cáscara de limón rallado. Tener hasta que rompa a hervir.

Mientras, en un cazo se ponen las yemas sin batir y la harina. Se mueve constantemente con una espátula de madera hasta formar una masa. Esto fuera del fuego.

Una vez hervida la leche, se cuela para quitarle los ingredientes con los que hirvió.

La leche caliente, cazo a cazo, se va echando a la masa de harina y yemas que tenemos en el cazo. Cada cazo que agregamos lo trabajamos con la espátula hasta que quede absorbido por la masa. Así vamos añadiendo toda la leche sobre la masa.

Se coloca el cazo con la masa a fuego lento y se tiene hirviendo durante un par de minutos, no dejando de mover ni un segundo con la espátula.



Sacar la masa y verter a un recipiente grande y de fondo bajo (tres o cuatro centímetros), que una vez fría se meterá durante dos horas al frigorífico.

Transcurridas, sacar, cortar con un cuchillo en pedazos de cuatro por cuatro centímetros, pasar ligeramente por harina y, justo cuando se vaya a freír, más concienzudamente por huevo medianamente batido.

Colocar la sartén a fuego medio con el aceite y media cáscara de limón. Cuando esté bastante caliente, se retira la cáscara y se

echa la crema rebozada, teniendo hasta que se dore por ambos lados, un par de minutos escasos por cada lado.

Notas: freír como máximo de cuatro en cuatro trozos. Se puede espolvorear un poco de canela y decorar con alguna fresa o menta.

Es conveniente untar el molde donde se va a dejar reposar la crema muy ligeramente con aceite de oliva refinado para que no se pegue la masa.

Plantas medicinales

Miguel OLAIZOLA URANGA



Zurrón de pastor

Capsella bursa-pastoris (crucíferas).
En euskera: artzain-zaku.
Escribo este artículo a solicitud de algunos lectores que tiempo atrás se interesaron por otro sobre el mismo tema.
Conocida también con los nombres de «bolsa de pastor» y «pan y queso», esta humilde planta es de las primeras en ser conocida por los estudiantes de Botánica.
Nace en cualquier lugar y en cualquier época del año y es de pequeñas dimensiones. Sus flores son de color blanco y muy pequeñas, las hojas son dentadas y se sitúan en la base en forma de roseta. Ahora bien, es el fruto el que tipifica al «artzain-zaku», éste es de forma triangular y recuerda a una bolsa de pastor. De ahí sus nombres en euskera y castellano.
Para su uso terapéutico se utiliza la planta entera, pero sin raíces. Entre sus componentes destaca en primer lugar un alcaloide llamado **bursina**, ácido bursaico; un aceite esencial, el **isocianato de alilo**, **colina**, **acetil colina**, azúcares como la glucosa y ramnosa y muchas sales de potasio.
Su acción farmacológica más específica es la **hemostática** (corta las hemorragias) y **tónica del músculo uterino**. Por lo tanto, es un buen **regulador del flujo menstrual** excesivo, **alivia las menstruaciones**

dolorosas y es también muy eficaz en los trastornos venosos como varices, hemorroides, etc.
Para ejercer estas acciones se utiliza una infusión con 50 gramos de hojas frescas en un litro de agua hirviendo, enfriar, filtrar y edulcorar con azúcar o mejor miel. La dosis es de un vaso cada dos horas y durante dos días.
Hace ya bastantes años fue muy conocido el vino de Capsella, que se preparaba dejando macerar durante una semana 100 gramos de hojas frescas en un litro de un buen vino blanco. La dosis, una cucharada todas las horas.
Otra de las preparaciones muy eficaces es una solución que se hace con un litro de alcohol de 25°, agregar 200 gramos de la planta recién cogida y desmenuzada, pero sin raíz, y tener en maceración durante diez días. El tratamiento se debe comenzar siete días antes de la menstruación y hasta que termine ésta.
La dosis es de una cucharada con la comida y otra con la cena.
Para las hemorragias nasales es muy eficaz empapar un algodón con el jugo de la planta y aplicarlo en la nariz.
Hasta no hace muchos años y aunque no tiene sus efectos espectaculares, se utilizó en sustitución del cornezuelo de centeno (*claviceps purpúrea*) típico hongo que parasita este cereal.
Su nombre latino de capsella quiere decir cofre pequeño y en la bibliografía popular se cita el caso de un pastor que curó una hemorragia con jugo fresco de capsella.

Automóvil

Grasa en carretera

Como consecuencia de pérdidas de aceite de vehículos con la mecánica en malas condiciones, hay carreteras en las que aparecen franjas de grasa a veces de bastantes metros, como en el caso de la foto que suponen un grave y potencial peligro para los conductores. Ante ellas, fácilmente identificables por su aspecto oscuro y brillante, hay que tomar precauciones especiales, las posibilidades de patinar son todas.



Plantas



Peperomia

En los últimos años han encontrado su lugar entre las plantas de interior diferentes especies, muy bellas, del género **Peperomia**. Estas plantas, provenientes principalmente de América tropical, pertenecen a la familia de las Piperáceas, y son decorativas sólo por sus hermosas hojas, pues sus inflorescencias alargadas y compuestas de pequeñísimas florecillas carecen de importancia aunque resultan originales.
Las diversas especies de Peperomias crecen muy bien en ambientes interiores con la condición de que reciban suficiente calor. En el invierno deben permanecer en ambientes donde no haya menos de 16 ó 18 grados centígrados, pero con limitación del riego. Algunas especies poseen hojas carnosas y pasan mejor el invierno en un lugar seco. La humedad exagerada lleva fácilmente a la putrefacción, por lo que para el trasplante se necesita estiércol y tierra arenosa mezclada con turba.
Esta especie prefiere un lugar claro, pero en el verano debe ser protegida de la irradiación solar directa para evitar que las plantas tomen rápidamente un aspecto decolorado. Las Peperomias pueden reproducirse fácilmente por gajos y estacas de hojas. Los vástagos colocados en una mezcla de turba y arena, como ya se ha dicho, formarán raíces en algunas semanas. Las variedades de color blanco, sin embargo, sólo pueden ser reproducidas por gajos. Se se separan algunas hojas, de ellas crecerán plantas de hojas totalmente verdes, la forma originaria de la especie. Es mejor no tapar los gajos, pues la elevada humedad del ambiente no les es propicia.
Las siguientes especies son apropiadas para el cultivo en interiores: P. caperata, de hojas notoriamente onduladas; P. glabella y P. obtusifolia. Entre ellas se aprecia especialmente la forma con hojas amarillas marmoradas. P. glabella se diferencia por tener hojas más delgadas y un crecimiento ligeramente colgante.

Novedades

La foto sin cámara

A partir de julio, los japoneses podrán tomar fotografías aunque olviden la cámara en casa y sin necesidad de comprar una nueva, gracias al revolucionario **carrete-cámara** que la casa «Fuji Photo Film» acaba de desarrollar. Por un precio de 1.380 yens (unas 1.000 pesetas) el **carrete-cámara** de 24 instantáneas de «super HR 100» incorpora tanto lentes como obturador, pudiendo tomar fotografías de calidad en días de sol brillante. La compañía desaconseja utilizar la cámara-carrete en los días nublados. Las dimensiones de esta cámara de bolsillo —o carrete de bolsillo— son escasamente superiores a las de la caja de los carretes actuales (5,8 por 9,8 por 3,5 centímetros) y tiene un peso de 75 gramos.



Salud

Oxígeno y enfermos

Se suele considerar que si uno padece una enfermedad grave necesita una buena porción de oxígeno puro. Pero los científicos del II Instituto de Medicina «Pirogov» de Moscú descubrieron que en algunos casos es necesario disminuir incluso el porcentaje de oxígeno que contiene el aire. Esta parte equivale a un 21%, y la mezcla de gases que se le ofrece al enfermo tiene un 15 ó 10% de oxígeno.
¿Para qué se recurre a la anoxia? El contenido de oxígeno va disminuyendo junto con la presión, lo cual permite crear un ambiente parecido al de las montañas. Esto hace avivar las fuerzas vitales adicionales que duermen en el organismo humano. Dentro de varios procesos en los hipertensos se registra la caída de presión, observándose el proceso contrario en las personas de baja presión.

DONOSTIAKO UDALA IRAGARKIA



AYUNTAMIENTO DE SAN SEBASTIAN ANUNCIO

Parte Zaharreko, Groseko, Altzako eta Hondartzetako T.A.O. Udaltzaingoko Laguntzaileen postuetarako lehiakideei jakinarazten zaie, saio psikoteknikoetan lehenengo ariketa, 1986ko ekainaren 7an, goizeko 9,00 orduetan Deretxoko Fakultatean izango dela.
N.A.N. eraman behar da.
Donostia, 1986ko maiatzaren 27

Se comunica a todos los aspirantes a las plazas de Auxiliares de Guardia Municipal, O.T.A./T.A.O. vigilancia de Parte Vieja, Gros, Alza y playas, que el primer ejercicio consistente en las pruebas psicotécnicas, será el día 7 de junio de 1986, a las 9,00 horas en la Facultad de Derecho. Llevar D.N.I.
Donostia-San Sebastián, 27 de mayo de 1986.

¿SABE POR QUE SE LE CAE EL CABELLO?

CENTRO CAPILAR DE BAUEN

Cualquiera que sea el problema de su cabello, tenemos el tratamiento idóneo especial con fórmulas específicas para cada persona.

Trasplante de Cabello

Utilizando su propio cabello, resolverá de una vez para siempre el problema de su calvicie. A partir del tercer mes, el pelo vuelve a crecer sano y vigoroso. Los trasplantes de cabello son realizados en nuestra prestigiosa **Clinica de Barcelona**, conocida tradicionalmente.

CONTROL MEDICO

Consúltenos sin compromiso.



C/ Catalina de Erauso, 19
45 17 59 SAN SEBASTIAN

Echa una mano: participa con otros.



Ycolabora

Corpus Christi. Día de Caridad. Cambia tu forma de vivir.

IBERDUERO

Proyecta realizar las siguientes **SUSPENSIONES DE SERVICIO**, con el fin de realizar diversos trabajos de mejora en el suministro de energía eléctrica a sus abonados, lamentando las molestias que, por este motivo, pueda ocasionar.

LUNES, día 2 de junio

ANDOAIN
De 12 a 13 horas, afectará a: Barrio Presaburu y Piscifactoría.

MARTES, día 3 de junio

ARETXABAETA
De 10,30 a 12,30 horas, afectará a: C/ Otalora núm. 24, Avda. Santa Cruz núms. 1 al 13 y 2 al 12, C/ Sarasate núm. 1, C/ Guridi núm. 1, C/ Elcano núm. 1 y C/ Iparaguirre núms. 1 al 4.
De 14 a 16 horas, afectará a: Herriko Plaza núms. 1 al 7 y 4 al 10, Lavrin Plaza núms. 1 al 3, C/ Otalora núms. 2 al 8, Avda. Santa Cruz núms. 15 al 19 y 16 al 20, C/ Cardenal Durana núms. 2 al 32 y 5 al 35.

SAN SEBASTIAN - Céntr
De 13 a 13,30 horas, afectará a: Alda. del Boulevard núm. 23, C/ Garibay núms. 4 y 6 y C/ Hernani núm. 7.