

# para bien pasar el tiempo

cocinando

## REPAPALOS EXTREMEÑOS, CARNE ASADA AL ESTILO DE LA VERA Y UN RICO POSTRE

Repapalos extremeños

INGREDIENTES:

Una docena de huevos, pan rallado el necesario, 150 gramos de cebollas, cuarto de aceite, una cucharada de harina, sal, pimentón, perejil, ajos, pimienta y laurel.

Los ajos y las cebollas se frien y se reservan. Se batan los huevos y se le añade el pan rallado en cantidad suficiente para obtener una masa espesa; se le agrega sal, pimentón, perejil picadito, pimienta, ajos y las cebollas que se habían rehogado. Bien mezclados todos los ingredientes, se le va dando forma de tortitas con la ayuda de una cuchara y se frien

en el mismo aceite que sirvió para dorar la cebolla y los ajos.

Así preparados, los repapalos pueden comerse. Pero si se quieren con salsa, se frien en el mismo aceite otro poco de cebolla, pimentón y una cucharada de harina, que se añade para espesar la salsa. Se sazona y se le añade caldo o agua caliente en cantidad necesaria, así como un machacado de laurel, ajo y perejil. Un poco antes de servir el plato se ponen los repapalos en la salsa.

También pueden comerse en escabeche añadiendo a la salsa antes citada el aceite crudo y el vinagre necesario.

### Carne asada al estilo de la Vera

INGREDIENTES:

Carne de ternera, ajos, sal y perejil.

Se buscan dos losas de piedra y se colocan en forma de uve invertida, debajo se hace fuego.

En la carne se hacen unas rajitas por donde se introducen ajo machacado, sal y perejil. Cuando las

losas están ya muy calientes se quitan del fuego, se pone la una sobre la otra y, en el medio, se coloca la carne. Cuando las losas se enfrían ya está la carne en su punto.

Esta forma de guisar es muy corriente en todas las estribaciones de la Sierra de Gredos.

Lo que se sabe de alimentación

## ¿COMO COME EL CACEREÑO? ¿BIEN...?, ¿MAL...?, ¿REGULAR...?

Me había levantado un rato más tarde de lo corriente porque tenía poco trabajo a la vista. Tan sólo algunos tests y cuestionarios que pasarle al ordenador. Como de rutina, saqué mi ficha de identificación y la introduje en el guardia automático. Después entré en el recinto donde se guarda a «Margarita», que es como llamamos a la computadora principal del centro.

Me senté delante de la consola de control y abrí la cartera en donde guardo el trabajo del día. Saqué al azar un cuestionario sobre... la aliment-

tación, o algo así, en Cáceres.

—¡Qué rollo...! —Pensé de primeras, aunque no niego que después sentí un poco de curiosidad acerca de lo que diría «Margarita».

Descubrí la cubierta que protege al teclado, y di vida a la computadora (mis compañeros dicen que es vicio). Desentumeci los dedos y le pasé la primera pregunta: —¿Cuáles son las características principales de la comida del cacereño?

1.º Características favorables para la salud.

2.º Características desfavorables para la salud.

Confundiéndome en la sistemática precisión de «Margarita», esperé el tiempo reglamentario. Pero éste pasó y empecé a alarmarme. Medio minuto más de lo normal tardó en contestar:

...//...NO HAY DATOS... NO HAY ESTUDIOS SERIOS... CONTESTACION POSIBLE-

MENTE VANA... ALIMENTACION PREDOMINANTEMENTE RURAL...COMEIS MUCHOS ALIMENTOS NATURALES, DATO POSITIVO, PERO OS PASAIS CON LAS GRASAS ANIMALES, DATO NEGATIVO...//...

Después la pantalla se ennegreció.

—¡Qué sorpresa! Había encontrado, por fin, el talón de Aquiles de aquella máquina repelente y burlona y me apresuré a pasar la segunda cuestión. Para reirme. Tantos años buscando algún tema del que cojeara mi computadora...

—¿Son estas características homogéneas o en toda la provincia, o cada una de sus comarcas poseen otras diferenciadas entre sí? ¿Por qué?

De nuevo el mudo silencio y a esperar.

—¡Hurra! —grité entusiasmado. Otra vez le había dado en el blanco. Medio minuto tardó la pantalla en iluminarse de nuevo: ...//...SIN DUDA ES ASI... TENDRAN ALGUNA CARACTERISTICA ESPECIFICA... RESPUESTA INCOMPLETA... ESTAS CARACTERISTICAS NO ATANEN A LOS ALIMENTOS BASICOS... TAN SOLO A LAS CONDIMENTACIONES, PREPARACIONES CULINARIAS... INFLUIDAS POR RAZONES HISTORICAS, CLIMATOLÓGICAS, ETC...//...

Era un día bello.

Apenas si tenía trabajo y había visto derrotada a «Margarita». Todo a un mismo tiempo.

Le pasé la tercera ficha, disfrutando de aquellos segundos tan sabrosos.

—Alimentos más consumidos por el cacereño a nivel provincial.

a) Características positivas y negativas para la salud de esos alimentos.

—Alimentos menos consumidos por el cacereño a nivel provincial.

b) Características positivas y negativas para la salud de estos alimentos.

Otra dilación en el tiempo, en esta ocasión mucho mayor. Parecía como si su mal se enconase más, a medida que reiniciaba en el mismo tema.

...//...NO PUEDO CONTESTAR CON RIGUROSIDAD... NO HAY ESTUDIOS... SERIOS SOBRE ESTE... ASUNTO... RESPUESTA POSIBLEMENTE INTRASCENDENTE... NO HAY INFORMACION EN RELACION CON EL TEMA ALIMENTICIO EN GENERAL Y, CONCRETAMENTE, EN VUESTRA PROVINCIA...//...

Ya no sabía qué pensar. ¿Se habría estropeado algún circuito interior? La duda me atenzaba la garganta. Le dí la cuarta y última a ver en qué acababa todo.

—Tomando como base todas estas características y cuestiones anteriores, ¿se podría hacer un balance del que extraer conclusiones?

—¿Come bien o come mal el cacereño?

Su respuesta se retrasaba más. No pude sino pensar que «mi Margarita» tenía un problema verdaderamente serio. Y me ví en la calle por el resto de mis días, pues cuando el director del

## APRENDA A HACER BOLILLO

Si cualquier cacereña o cacereño, que con el tiempo todo se andará, quisiera aprender a hacer el típico encaje de bolillos, no tiene más que presentarse en la tienda que, desde hace doce años, regenta en la plaza de San Jorge, de Cáceres, Josefa Rodríguez. Ella, con mucho gusto, enseñará a quien se atreva y tenga paciencia, el arte que heredó de sus antepasadas.

Aprendió Josefa a hacer encajes en su pueblo, Acebo. Los hacía para la desaparecida Sección Femenina y cuando el anterior Alcalde de Cáceres, Díaz de Bustamante, decidió ofrecer una amplia muestra de la artesanía cacereña en la entonces recién restaurada Plaza

de San Jorge, se asesoró de la Sección Femenina, que le recomendó a la encajera de Acebo como experta en estas cuestiones.

Según Josefa, el encaje no es una manera de ganarse la vida, pues se paga muy mal, pero sí es una manera de pasar el tiempo y de continuar con la tradición encajera de la provincia. En hacer una puntilla para una sábana se tarda, aproximadamente, un mes y el trabajo se paga a unas tres mil quinientas pesetas. Una puntilla para un pañuelo, que por estas fechas se venden mucho, se tarda en hacer una semana y se paga, según el tamaño del pañuelo, entre las cuatrocientas y las mil pesetas.

centro se enterase de que la computadora estaba estropeada, montaría en cólera y sería despedido. ¡Qué triste porvenir! Pero, por fin, responde. ¡La pantalla se ilumina!

...//...EL CACEREÑO COME SEGÚN SU NIVEL DE VIDA... IGUAL QUE EN TODAS PARTES... EN LAS ZONAS MÁS RICAS LOS CIUDADANOS COMEN MEJOR EN EL SENTIDO DE LA... PROPORCIO-

NALIDAD DE LOS PRINCIPIOS INMEDIATOS (GRASAS, PROTEINAS E HIDRATOS DE CARBONO)... VITAMINAS Y OLIGOELEMENTOS... LO IMPORTANTE ES QUE VUESTRA ALIMENTACION... SEA MAS EQUILIBRADA... PORQUE HOY NO ES... SUFICIENTEMENTE BUENA... RESPUESTA CONCLUIDA...//...

Antonio AMATE CRUZ

P.D. Para más información sobre el tema recurrir a «Margarita».