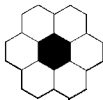


Ca Romualdo
Alta cocina de la Vega Baja

Versión 2.0
Diciembre 2026



Dulces navideños



www.alaluz.es

Gabriel Salinas

Libro digital (PDF 100 Mb) **10 €**

Libro en papel a color **30 €**
(454 Páginas)

¡...a chuparse los dedos!
Pulgar, ÍNDICE , Corazón, Anular y Meñique

GUISOS

❖ <u>Lentejas</u>	018
❖ <u>Olla viuda</u>	020
❖ <u>Salsa de garbanzos</u>	022
❖ <u>Potaje de calabaza (y bacalao)</u>	024
❖ <u>Salsa de habichuelas</u>	026
❖ <u>Habichuelas (a la vinagreta)</u>	028
❖ <u>Arroz clarico de vigilia</u>	030
❖ <u>Arroz clarico de carne</u>	032
❖ <u>Estofado de ternera</u>	034
❖ <u>Guisado de merluza</u>	036
❖ <u>Guisado de caracoles sin caracoles</u>	038
❖ <u>Cucorriones Abuela Claudia</u>	040

MIGAS

❖ <u>Migas de pan</u>	044
❖ <u>Migas de harina</u>	046

COCIDO Y CUSCÚS

❖ <u>Pelotas Mamá Sarete</u>	048
❖ <u>Guisado de relleno navideño</u>	050
❖ <u>Cocido con pelotas</u>	052
❖ <u>Sopa de cocido</u>	056
❖ <u>Cocido frito o ropa vieja</u>	058
❖ <u>Cuscús de ave</u>	060
❖ <u>Col al pimentón con ajos tiernos</u>	064

ARROCES

❖ Arroz con conejo	066
❖ Arroz con costra	068
❖ Arroz con pescado / del senyoret / a banda	070
❖ Arroz con boquerones	074
❖ Arroz con pulpo	076
❖ Arroz con verduras (y empedrado)	078
❖ Paella valenciana	080
❖ Fideuá	082

PASTAS

❖ Espagueti Boloñesa	084
❖ Espagueti Carbonara	086
❖ Ensalada de pasta	088
❖ Macarrones (de tubo) al horno	090
❖ Macarrones (de caracol) en salsa	092
❖ Tallarines al Pesto	094
❖ Tallarines con conejo	096
❖ Canelones	098
❖ Lasaña mía	102
❖ Arroz a la cubana	106

MASAS

❖ Pan	108
❖ Torrijas	112
❖ Pasta	114
❖ Pizza	116
❖ Tortas de sal	118
❖ Pan de Hamburguesa	120
❖ Tortitas para Fajitas	124

SALSAS

❖	<u>Tomate frito</u>	128
❖	<u>Pisto manchego</u>	130
❖	<u>Bechamel</u>	132
❖	<u>Salsa verde / Champiñón y Carpachos</u>	134
❖	<u>Mahonesa, Alioli y Ajoaceite</u>	138
❖	<u>Salsa brava / Patatas bravas</u>	140
❖	<u>Dulce de tomate / Mermelada de fresa, cerezas...</u>	142
❖	<u>Dulce de leche</u>	144
❖	<u>Compota de manzana / Dulce de membrillo</u>	146

SOPAS Y HERVIDO

❖	<u>Gazpacho andaluz</u>	148
❖	<u>Sopa cubierta o de novia</u>	150
❖	<u>Sopa de pescado</u>	152
❖	<u>Sopa de verduras</u>	154
❖	<u>Cremas de verdura y Puré de patatas</u>	156
❖	<u>Hervidos</u>	158

TORTILLAS

❖	<u>Tortilla francesa (y otras)</u>	160
❖	<u>Tortilla de alcachofa's (rafaleña)</u>	162
❖	<u>Tortilla de patata's (española)</u>	164

FRITOS

❖	<u>Almendra a la sal</u>	166
❖	<u>Palomitas dulcesal</u>	168
❖	<u>Croquetas Señora Magda</u>	170
❖	<u>Empanados: Pollo, Merluza, Queso fresco, Cebolla...</u>	172
❖	<u>Rebozados: Coliflor, Calamar a la andaluza...</u>	174
❖	<u>Huevos fritos con patatas sin ketchup</u>	176

HORNADAS

❖ <u>Alcachofas al horno</u>	178
❖ <u>Patatas asadas (y/o Boniatos)</u>	180
❖ <u>Berenjenabacines rellenos</u>	182

ENSALADAS

❖ <u>Aceitunas</u>	184
❖ <u>Ensaladas de lechuga</u>	186
❖ <u>Ensalada alemana</u>	188
❖ <u>Ensalada de verano</u>	190
❖ <u>Ensalada de camarrojas</u>	192
❖ <u>Ensalada de escarola</u>	194
❖ <u>Ensaladas de tomate</u>	196
❖ <u>Ensalada murciana</u>	198
❖ <u>Ensalada de rúcula</u>	200
❖ <u>Ensalada de zanahoria; bajocas; o patata</u>	202
❖ <u>Ensalada mixta</u>	204

ENSALADILLAS

❖ <u>Ensaladilla de marisco</u>	206
❖ <u>Ensaladilla rusa</u>	208
❖ <u>Huevos rellenos</u>	210
❖ <u>Ensalada de maíz</u>	212

EMPANADAS Y COCAS

❖ <u>Empanadillas (con atún o de pisto)</u>	214
❖ <u>Coca amb tonyina</u>	218
❖ <u>Empanada de pulpo</u>	222
❖ <u>Empanada de bacalao y pasas</u>	224
❖ <u>Coca de recapte / Escalivada</u>	226
❖ <u>Coca de mollitas</u>	230

PESCADOS

❖ <u>Pescadilla rebozada</u>	232
❖ <u>Merluza a la vasca</u>	234
❖ <u>Rosado de pulpo</u>	238
❖ <u>Lubina al horno</u>	242
❖ <u>Sardina</u>	244
❖ <u>Gulas al ajillo</u>	246
❖ <u>Boquerones en vinagre</u>	248
❖ <u>Pulpo a la gallega (<i>Polbo á feira</i>)</u>	250
❖ <u>Salpicón de marisco o Pulpo a la vinagreta</u>	252
❖ <u>Quisquilla / Gamba roja y blanca chica</u>	254
❖ <u>Mariscadiña</u>	256

CARNES

❖ <u>Ternera en salsa</u>	260
❖ <u>Pollo asado</u>	262
❖ <u>Conejo frito con tomate</u>	264
❖ <u>Conejo frito con patatas</u>	266
❖ <u>Codillo o falda de cordero</u>	268
❖ <u>Chuletas de cordero en aove</u>	270
❖ <u>Corte de vacuno en escamas de sal</u>	272
❖ <u>Lechazo o cordero lechal</u>	274
❖ <u>Cochinillo a la segoviana</u>	276
❖ <u>Chivo a lo divino</u>	278
❖ <u>Cerdo embutido a la plancha</u>	280

LÁCTEOS

❖ <u>Yogur natural</u>	282
❖ <u>Bizcocho de yogur</u>	284

POSTRES

❖ <u>Flan de huevo / Pan de Calatrava</u>	286
❖ <u>Suspiros de Romualdo / Flan de claras</u>	288
❖ <u>Arroz con leche</u>	294
❖ <u>Natillas / Crema catalana</u>	296
❖ <u>Tiramisú</u>	298
❖ <u>Tortada</u>	302
❖ <u>Tarta de arroz con dulce de leche</u>	306
❖ <u>Tartas de queso / Galletas relieve</u>	310
❖ <u>Tarta de chocolate</u>	316
❖ <u>Hojaldre de frutas</u>	320
❖ <u>Crepes / Neulas</u>	322
❖ <u>Mus de dulce de leche / chocolate / limón</u>	326

REPOSTERÍAS

❖ <u>Almojábana y Pitisú / Crema pastelera</u>	330
❖ <u>Tortel / Dona</u>	334
❖ <u>Mona / Roscón de Reyes</u>	338
❖ <u>Churros / Chocolate a la taza</u>	346
❖ <u>Buñuelos / Profiteroles</u>	350
❖ <u>Bizcocho</u>	356
❖ <u>Madalenas</u>	358
❖ <u>Rollos / Sopas de rollos</u>	360
❖ <u>Ensamada / Cruasán / Mantequilla / Nata montada</u>	362
❖ <u>Hojaldre y Miguelito / Pasteles de Belén / Baklava</u>	368
❖ <u>Tarta de manzana</u>	376
❖ <u>Bizcocho de manzana</u>	378
❖ <u>Tartabizcocho de calabaza y boniato</u>	380
❖ <u>Bizcocho de chocolate</u>	382
❖ <u>Bizcocho de coco para la suegra / Coquitos</u>	384

HELADOS

❖	<u>Mantecao</u>	388
❖	<u>Leche merengada</u>	390
❖	<u>Turrón</u>	392
❖	<u>Avellana</u>	394
❖	<u>Chocolate</u>	396
❖	<u>Queso</u>	398
❖	<u>Limón</u>	400
❖	<u>Base... Fresa, Pistacho, Té y hierbabuena, Coco...</u>	402
❖	<u>Granizados y Polos</u>	404

DULCES NAVIDEÑOS

❖	<u>Almendrados</u>	408
❖	<u>Nueces de Adán</u>	410
❖	<u>Chatos</u>	412
❖	<u>Escarchados</u>	414
❖	<u>Mantecados</u>	416
❖	<u>Pastas flora o murcianos</u>	418
❖	<u>Tortas escaldadas</u>	420
❖	<u>Mazapán, Huesos de San Miguel y Pan de Cádiz</u>	422
❖	<u>Turrone de Jijona, Alicante... <u>EPÍLOGO</u></u>	426

APÉNDICE

NOMENCLATURA, CESTA Y MEDIDAS

❖	<u>Grosso modo</u>	435
---	--------------------	-----

«Más de 200 recetas, 240 fotos y 172 poemas»

❖ Lentejas

- ✓ 250 g Lenteja pardina
- ✓ 1,20 L Agua
- ✓ 400 g Tomate maduro (2 medianos)
- ✓ 250 g Cebolla (1 grande)
- ✓ 200 g Calabacín (1 pequeño ó 1/2 grande)
- ✓ 150 g Zanahoria (1 mediana)
- ✓ 24 g Ajo (6 dientes medianos)
- ✓ 2 g Pimentón dulce (1 cucharadita rasa)
- ✓ 0,5 g Laurel (2 hojas medianas)
- ✓ 70 mL Aceite de oliva virgen extra (1 medida, 63 g)
- ✓ 8 g Sal (2 cucharaditas rasas)

Preparación:

1. Picamos y sofreímos el ajo, y la cebolla (dpt), con abundante sal, para reducirla antes.
 2. Rallamos y sofreímos el tomate, con el ajo y la cebolla reducida, y añadimos el pimentón.
 3. Hervimos a presión E/9 de fuego 20 min: el sofrito; los dados o cubos pequeños de calabacín y zanahoria (dpt); las lentejas y el laurel.
-
0. *El arte de la degustación... a la vista está que se huele antes de la primera cucharada: chupando la hoja de laurel.*
 0. *Acompañamiento: Ensalada de lechuga romana.*
 0. *Buenas malas compañías: Cebolla en vinagre, tallos, rábanos...*

Lentejas



Semilla de hierro
es la lenteja,
el chorizo la sisa
y riquísima pena
su laurel sombrío,
mi verdura tierna,
el pardiño que rubia
a jornal me encadena
la prisión al viaje,
el trabajo a la feria.