OBERON



A LA MESA *con* LOLETA

Lola Bernabé López de Cózar

A LA MESA *con* LOLETA

Lola Bernabé López de Cózar

OBERON

A LA MESA CON LOLETA

Fotografías: Lola Bernabé López de Cózar
Revisión: Lidia Señarís Cejas
Maquetación: OkDesignforLife.com
Responsable editorial: Eugenio Tuya Feijoó

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeren, plagiaren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.

© Fotografía página 7 de Raquel Carmona

© EDICIONES ANAYA (GRUPO ANAYA, S.A.), 2025

Valentín Beato, 21. 28037 Madrid
ISBN: 978-84-415-5099-5

Primera edición digital: 2024
Edición electrónica sobre la 1.ª edición impresa

A Juanje y a Javi, por no soltarme nunca la mano y acompañarme en todas mis locuras.
A los dos, por hacer que cada día amanezca dando las gracias en lugar de pedir.
A todos los que sueñan sin importarles lo que digan los demás.

AGRADECIMIENTOS

Gracias a Juanje, el amor de mi vida, mi confidente, por sacar siempre lo mejor de mí y empujarme a luchar por mis sueños. Gracias por no soltarme nunca la mano y enseñarme a vivir convencida de que lo mejor está siempre por llegar.

Gracias a Javi por haberme hecho la persona más feliz del mundo y por hacer mi corazón más y más grande cada día.

Gracias a mi familia y amigos por ser parte de mi parte más feliz y a todas las personas que de alguna manera me han apoyado y me han ayudado a sacar mi mejor versión, porque sin ellas hoy no estaría aquí.

Gracias a la vida, como dice la canción, que me ha dado tanto, muchísimo más de lo que nunca soñé.

Gracias a ti, que lees hoy estas líneas. Gracias por confiar en mí y creer en este libro. Lleva dentro un cachito de Loleta que a partir de hoy también es tuyo.

SOBRE LA AUTORA

Abogada de formación, la malagueña Loleta ha sentido siempre una pasión especial por los viajes y la cocina. El azar hizo que, al tiempo que dejaba su trabajo en una multinacional americana y con el estímulo de su marido, se decidiera a escribir su blog *Loleta* que la ha llevado por un camino de sorpresas, entre las que destaca su nueva pasión por la fotografía.

Tras su éxito en televisión con Canal Cocina y sus miles de seguidores en Instagram, esta autodidacta de la fotografía de viajes y cocina hace realidad su sueño de traerte sus recetas favoritas, sin complicaciones y explicadas de forma sencilla para lucirte en casa con tu familia y amigos.

Puedes seguir a Loleta en su blog *Loleta* http://www.loleta.es/, en su Instagram, Facebook y Twitter @loletabyloleta y su canal de YouTube Loleta by Loleta.



LOLA BERNABÉ

La magia solo se consigue trabajándola y, sin duda, ese es el caso de Lola Bernabé (Loleta).

Tuve la suerte de que nuestros caminos se cruzaran hace ya muchos años, más de una década, y desde entonces nunca hemos perdido el contacto.

En aquellos días vino a verme a mi restaurante. Quería conocer la cocina de mi nuevo restaurante y quedamos una mañana para enseñársela. Abogada de profesión, Lola volvía a nuestra Málaga natal después de haber pasado unos años en Madrid, y lo hacía llena de ilusión y con un proyecto maravilloso en el mundo de la gastronomía.

Me mostró unas fotografías que me parecieron espectaculares y me habló de sus experiencias por todo el mundo en el que se desenvolvía sin ningún problema (domina cinco idiomas) y de su pasión por viajar junto a Juanje, su inseparable compañero de vida al que también conozco.

En aquel primer encuentro, me pidió con su simpatía de siempre, pero aún con algo de timidez, que cocinara con ella. Lola acababa de ganar el premio de Canal Cocina Blogueros Cocineros en la categoría de oro, y un equipo de Canal Cocina iba a desplazarse hasta nuestra ciudad para grabarla cocinando.

Pero ella, que nunca se conforma con lo fácil, quería cocinar conmigo, en lugar de hacerlo en su casa. En ese instante, ya percibí, viendo su cara y oyendo sus palabras, que Lola desprendía ilusión, pasión y respeto, y por supuesto, no me planteé otra respuesta que no fuera aceptar su petición.

Así descubrí su blog, donde se podía disfrutar leyendo recetas tradicionales, modernas, dulces, saladas… y sus magníficas experiencias de viajes, descritas con todo lujo de detalles y acompañadas de unas fantásticas fotografías que mostraban su cariño por la cocina y su profesionalidad, hasta tal punto que decidí perfeccionar yo también las fotografías de mis platos a la hora de presentar en imágenes mis propias elaboraciones.

En este libro, Lola nos enseña su amor por la cocina a través de sus recetas, el placer de recibir en casa y de cocinar para los demás disfrutando de ello. Hoy yo también me siento «A la mesa con Loleta».

— José Carlos García

Chef y propietario de José Carlos García restaurante.

Estrella Michelin y dos Soles Repsol.



CONTENIDO

Agradecimientos 6
Sobre la autora 6
Prólogo 8
Introducción 12
Lo que debes saber 14
Vamos a poner la mesa 20
Recetas básicas 27

Bizcocho sin gluten 28
Bizcocho sencillo de chocolate 30
Bizcocho básico Sponge cake 32
Crema de mantequilla. Buttercream 33
Ganache de chocolate 34
Crema pastelera de vainilla 36
Nata montada 38
Merengue 40
Merengue francés o merengue básico (perfecto para hornear) 41
Merengue Suizo 42
Merengue Italiano 43
Masa para tartas saladas y dulces. Masa brisa y masa sablée 44
Caldo de pescado 46
Caldo de pollo 48
Salsa Bechamel 49
Salsa verde 50
Salsa de tomates casera 52
Pesto genovés 54
Pan de molde integral sin amasado 56
La tabla de quesos y embutidos 58

El placer de regalar en casa 63

Aromatizar aceites 64
Aceite picante 64
Aceite de ajo 64
Aceite con limón 64
Aceite de romero 64
Azúcar de frambuesas 66
Bizcochos de naranja 68
Botones de galleta para servilletas 70
Masa de brioche (para unos 2 panes) 72
Cantuccini 74
Extracto de vainilla casero 76
Extracto de limón 76
Extracto de naranja 76
Tarros de galletas 78
Granola para regalar 80
Mermelada de frutos rojos y Mango 82
Sal de hierbas 84
Trufas de chocolate 86

Primavera 89

Ensaimadas 92
Bizcocho de pistachos 94
Angel food cake. El bizcocho de los ángeles 96
Ensalada de pasta mediterránea 98
Sándwich cubano 100
Galette de patatas y puerros 102
Salmón marinado 104
Tartar de salchichón de Málaga 106
Vieiras con sobrasada 108
Crema de maíz y aguacate 110
Crepes de setas 112
Merluza rellena de gambas 114
Asado de cerdo con salsa de ciruelas 116
Pastelillos de mousse japonés 118
Tarta de queso con pistachos 120
Tarta de chocolate sin harinas 122
Pastel ópera de frambuesas 124
Panna Cotta con fresas 126

Verano 129

Galletas crinkle de limón 132
Pastelillos de calabacín y chocolate 134
Bao buns de gambones crujientes 136
Ensalada italiana de melocotones asados 138
Puding de pescado y tomate 140
Pechugas de pollo en escabeche 142
Solomillo con peras 144
Tartar de pulpo y aguacate con gazpacho 146
Vichyssoise de verano 148
Coca de higos con gorgonzola 150
Rigatoni rellenos de *ricotta* 152
Roast Beef 154
Pastel de *ricotta* y melocotones con albahaca 156
Tarta de ruibarbos 158
Cassata italiana estilo Alaska 160
Copa selva negra. Triffle de cerezas 164
Flan de queso y leche condensada 166
Tarta de limón y arándanos 168

Otoño 173

Estrella de fresas 176
Rollitos de canela 178
Galletas brownie 180
Bizcocho de Tía Mildred 182
Paté de jabalí al armañac 184
Bocadillo de calamares a la romana 186
Parmentier de pato 188
Pastel de puerros con sobrasada 190
Manzanas rellenas de carne 192
Strudel de setas 194
Cachopo de dorada 196
Sopa de lasaña 198
Sopa de cebolla 200
Solomillo Rossini 202
Tarta de manzanas 204
Galletas de nueces de macadamia con chocolate 206
Tarta crepes de oreo 208
Las magdalenas de aceite de mi abuela 210

Invierno 213

Morning buns de pistacho y cardamomo 216
Galletas de naranja 218
Magdalenas Tere. Las magdalenas más ricas de mi abuela 220
Bizcocho degradado de naranja sin huevo y sin lactosa 222
Pan de aceitunas 224
Lobster roll o sándwich de bogavante 226
Pâte en croûte de pato 228
Patatas a la importancia 230
Peras rellenas de foie y piñones 232
Sopa de Navidad de la abuela Magdalena 234
Verdinas con centollo 236
Salmón con costra de pistachos en papillote de pasta filo 238
Pechuga de pavo rellena 240
Estofado de ternera 242
Paulova con crema de moras 244
Vasitos rápidos de chocolate 246
Pastel de chocolate con crema de canela. Tarta de Navidad 248
Tarta helada de turrón 252

Índice alfabético de ingredientes 254

INTRODUCCIÓN

Desde bien pequeña, la hora de la comida siempre ha sido sagrada en casa. Mi madre terminaba de preparar el almuerzo al volver del trabajo, mientras mis hermanos y yo poníamos la mesa recién llegados del colegio. Cuando mi padre regresaba de la farmacia ya estaba todo listo. En ese momento, el teléfono se descolgaba y empezaba ese rato donde nos poníamos al día, cada uno contaba cómo había ido la mañana, los planes de la tarde y si había algo más que comentar.

Mi padre siempre era inflexible: daba igual el día de la semana, siempre desconectaba el teléfono y cuando llegaba el domingo aprovechábamos para hablar más relajadamente, planear las vacaciones y contarnos anécdotas, disfrutando así siempre de la mesa.

Por su parte, mi madre siempre se ha ocupado de que todo estuviera perfecto y el «a la mesa» significaba una mesa puesta a conciencia, con servilleteros y servilletas de tela, (nada de servilletas de papel), con mantel y copas y con comida rica que cada día cambiaba: primer plato, segundo plato y postre. Si, además, era una ocasión especial y había invitados, era Navidad o celebrábamos un cumpleaños, entonces cuidaba hasta el más mínimo detalle. Así aprendí yo el placer de recibir en casa.

Vengo de una familia muy grande en la que cocinar para muchos ha sido la regla hasta hace bien poco. De esas en las que las reuniones familiares alrededor de la mesa son una fiesta. Y en casa siempre he vivido como un placer, como un disfrute, la comida para todos. Crecí viendo a mi madre preparar consomé, *roast beef* o salmón para casi cuarenta, y conforme la familia fue creciendo, el número aumentaba a cincuenta, sesenta o ¡incluso ochenta en las últimas reuniones! Durante mucho tiempo eran mi madre, mi tía Nena y mi abuela Magdalena quienes se dedicaban a prepararlo todo y por eso a mí nunca me ha dado miedo ocuparme de preparar cenas y comidas para muchos: crecer viéndolo hacer con amor y cariño y, sobre todo, con mucha ilusión, es la mejor enseñanza que se puede recibir y la mejor garantía de éxito, porque las cosas que se hacen con ganas y con ilusión casi siempre salen bien.

En ese entorno fui desarrollando poco a poco mi amor por la mesa, por los detalles y todos esos elementos que tienen el poder de la sorpresa y de mantenerse en la memoria pese al paso del tiempo. La decoración de cada cena o comida cambia en mi casa con las estaciones, según mi estado de ánimo, los invitados y dependiendo de la ocasión que sirva de excusa a la reunión. Así, los colores, las flores, las velas, casi siempre son distintas y me gusta destinar un tiempo a prepararlas igual que hago con la comida.

Nunca decido a última hora, porque me gusta que todo esté perfecto (como buena virgo que soy, me dice siempre mi hijo, Javi). Disfrutar lo más que se pueda de todo lo que la vida nos pone por delante, intentar ver el vaso medio lleno siempre y vivir convencida de que en la vida lo importante es con quién se vive y no dónde. Todo lo demás es accesorio. Y todo eso, como muchos ya sabéis, con la sonrisa puesta.

A través de estas páginas podrás descubrir cómo me gusta preparar cada ocasión, cuáles son mis recetas y trucos favoritos, y te dejaré ideas y consejos que podrás mezclar y usar a tu antojo, según el tamaño de la reunión, el tipo de celebración y lo que te apetezca preparar, pero sabiendo que triunfarás en la mesa porque todo estará preparado con cariño y amor, los ingredientes que llenan este libro.

Espero que te contagies de mi pasión y te animes a poner tu propio sello en tu mesa, a crear esa atmósfera única que hace que cada casa sea diferente, a disfrutar al hacerlo y a perder el miedo a «liarte la manta a la cabeza» porque como decía la Bella, «compartir es vivir».

Estoy emocionada de que hayas querido compartir conmigo lo que he aprendido a lo largo de estos años. Encantada de tenerte hoy conmigo. ¡A la mesa!



LO QUE DEBES SABER

MIS CONSEJOS

Estos son algunos apuntes que me parece interesante que conozcas. Por supuesto, no tienes que seguirlos, pero a mí me ayudan en el proceso de preparación de las recetas de este libro. Confío en que te ayuden a ti también.

¿BATIMOS?

Yo uso dos tipos de batidora, una batidora de mano de doble varilla y, sobre todo, una batidora de pie.

Las batidoras eléctricas de pie tienen un accesorio llamado pala T o K (por su forma). Se usa para mezclar las masas de panes y bizcochos porque añade mucho menos aire que unas varillas. Si no tenemos batidora de pie con pala, podemos usar una batidora de mano, cuidando de no dar demasiado aire a la masa, o una batidora de brazo.

Estas batidoras tienen también un accesorio de varilla, una sola y muy grande, que es perfecta para montar merengues y nata.

Por supuesto, no necesitas ninguna de las dos para hacer un bizcocho, pero si realmente quieres hornear recetas como algo habitual, te recomiendo que inviertas en una batidora de pie porque te va a dar muchas alegrías y te hará ganar tiempo.

También me resulta imprescindible un batidor danés. Es un aro metálico con mango y con un hueco en el centro que hace que las masas se mezclen como por arte de magia a mano. Es perfecto para hacer panes y para hacer masas si quieres hacerlas a mano.

BAÑO MARÍA

Para calentar al baño maría hay que introducir un recipiente pequeño en el que se deposita, por ejemplo, el chocolate para derretir o la mantequilla para la salsa holandesa, dentro de otro más grande, una cacerola, que contiene agua y ponemos a calentar la cacerola. De este modo, se calienta en primer lugar el agua en la cacerola y esta va calentando gradualmente el contenido del bol de un modo suave y constante.

Es indispensable que todo el tiempo el bol flote en el agua de la cacerola y no toque el fondo para que se produzca la transmisión de calor, y también es importante que no caiga agua dentro del bol. Este sistema también se usa para elaborar el merengue suizo.

Si necesitamos cocer al baño maría en el horno, entonces lo que precisamos es vapor. Para ello pondremos dos dedos de agua en una bandeja de horno y dentro pondremos nuestro molde con la preparación que queremos hacer: flan, tocino de cielo… El agua ayudará a crear un ambiente húmedo dentro del horno, perfecto para algunas masas y muchos postres.

FUNDIR CHOCOLATE

En este libro encontrarás recetas que usan tanto chocolate como cacao puro en polvo. Lo más importante es que sean de buena calidad porque un buen chocolate dará como resultado una tarta con un sabor profundo. Para cocinar, suelo usar chocolate entre el 53 y el 70 %, salvo que se especifique otra cosa y me gusta comprarlo en pepitas en bolsas de kilos que voy usando según necesito, o en tableta. El cacao en polvo que uso siempre es puro.

Para fundir chocolate hay básicamente dos técnicas.

La primera es un baño maría, del que ya hemos hablado antes. Para hacerlo hay que picar el chocolate a cuchillo, ponerlo en un bol y seguir el método del baño maría.

La segunda es en el microondas. Picamos el chocolate y, en un bol de plástico apto para el microondas, calentamos a 600 W durante 30 segundos. Luego repetimos el proceso en intervalos de 15 segundos hasta que el chocolate se derrita por completo.

Si vamos a usar chocolate o cacao en un bizcocho o unas magdalenas, debemos tener en cuenta que el café realza su sabor. Por eso, muchas de las recetas de este libro llevan un poco de café en su preparación. Podemos usar café descafeinado (el que yo uso) o café normal. El café hará que el sabor del chocolate sea mucho más intenso, sin aportar sabor a café.



HORNO

Siempre precalienta el horno 30 minutos antes de comenzar a hornear tu receta y asegúrate de que la temperatura es la correcta.

La temperatura del horno de este libro está expresada en grados centígrados siempre, y se refiere, salvo que se indique de otra manera, al horno en posición de aire de convección. Si vuestro horno solo tiene calor arriba y abajo, tendréis que aumentar la temperatura unos 5° más, teniendo en cuenta, además, que el tiempo total de cocción puede ser más largo.

Es muy importante que durante el horneado de masas no abráis el horno bajo ningún concepto, porque con el cambio brusco de temperatura la masa se bajará.

Por último, recuerda que los tiempos de horneado son aproximados y dependen del horno y de la función que emplees. Por eso es muy importante que siempre compruebes que tus preparaciones horneadas están listas, insertando en mitad de ellas un palillo o aguja. Si sale limpio, significará que están listas, pero si tiene restos de masa húmeda, significa que aún le quedan unos minutos más de horneado.

HUEVOS

Me gusta usar huevos camperos de tamaño grande en mis recetas. El color de la yema es más intenso cuando, por ejemplo, preparo cremas de limón o vainilla y los bizcochos salen más amarillos.

Cuando vayamos a hornear, es importante que siempre estén a temperatura ambiente.

INGREDIENTES

Es importante que usemos ingredientes de buena *calidad*. Cuanto mejor sea la calidad de los ingredientes, mejor será siempre el resultado de la receta.

Igualmente importante es la *temperatura* de los ingredientes. Como norma general y salvo que en la receta se indique otra cosa, los ingredientes deben estar a temperatura ambiente. En el caso de los bizcochos, los ingredientes deben estar a temperatura ambiente, igual que en casi todas masas que deben reposar para levar. Sin embargo, en el caso de las masas de tartas tipo *pie* o *galette,* la mantequilla debe estar casi siempre fría. Es por eso por lo que conviene echar un ojo a los ingredientes de la receta cuando vayamos a prepararlos y tener en cuenta la temperatura mejor.

Otra cosa que me ayuda mucho a agilizar el tiempo de preparación de las recetas es tener de antemano los ingredientes preparados y pesados, de modo que el proceso marcha mucho más rápido una vez hayamos comenzado a prepararlas.

RECETAS

Siempre lee la receta completa antes de ponerte con ella. Así sabrás el tiempo que necesitas y los ingredientes que debes tener antes de comenzar. Algunas veces me he visto en un aprieto a mitad de receta cuando me he dado cuenta de que no me quedaba azúcar o harina, así que para evitar que te pase lo mismo, siempre lee la receta completa antes de comenzar.



REPOSO DE MASAS

Me gusta dejar reposar las masas dentro del horno apagado y cerrado porque ahí la temperatura es estable y libre de corrientes. La temperatura ideal de reposo de masas está entre 25 ºC y 30 ºC.

Si la masa va a reposar una o dos horas, me gusta taparla con un trapo limpio húmedo. Pero si vamos a dejarla reposar por más tiempo, me gusta taparla con un gorro de ducha de esos de los hoteles. Tengo uno guardado que solo uso para las masas. Es muy cómodo porque se adapta a todo tamaño de boles y eso, además, me permite no usar más plástico de la cuenta.

Si quieres acelerar el levado de una masa, funciona encender el horno a 50° durante un par de minutos. Luego lo apagamos y metemos el bol tapado con el gorro, dentro del horno ya apagado. Lo dejamos reposar y la masa sube esponjosa y queda muy suave.

También podemos acelerar el levado si metemos la masa tapada en el horno calentado a 30 ºC, pero es muy importante que nuestro horno controle bien la temperatura y nos deje ponerlo tan solo a 30 ºC.

Por último, he de comentar que los reposos largos de una noche en la nevera añaden mucho sabor a la masa y nos permiten manejarla de manera más fácil.

VAINILLA

La vainilla es un ingrediente caro y cuanto mejor sea su calidad, más cara será, pero se nota mucho la diferencia, así que mi consejo es que uséis vainilla de buena calidad para que vuestras recetas salgan con el mejor aroma y sabor.

No es lo mismo aroma de vainilla que vainilla en vainas o extracto puro de vainilla. Tienes mi receta para el extracto en la pág. 76 de este libro.

PARA GUARDAR EN TARROS DE CRISTAL CONSERVAS, SALSAS Y MERMELADAS

Cuando descubrí por primera vez cómo preparar mermeladas y confituras, hacer mis propias conservas en casa se convirtió casi en una obsesión y cada año las preparo varias veces. Aprovecho la temporada de frutas, de carnes y pescados para preparar mermeladas y escabeches y confitar verduras que guardo para nosotros y para regalar cuando vamos a cenar a casa de algún amigo y regalar a mi madre cada vez que voy a verla.

Es un proceso muy fácil y barato y, además, estos tarritos llevan dentro el placer de las cosas hechas en casa con amor.

Para esterilizar los tarros, lo más fácil es usar el microondas. Lavamos bien los tarros. Dejamos medio dedo de agua en cada uno y calentamos a potencia máxima durante un minuto en el microondas. Mientras tanto, en un cazo con agua hervimos las tapaderas durante un par de minutos. Rellenamos los botes cuando la mermelada o conserva esté aún muy caliente. Cerramos bien, ponemos los tarros boca abajo y los dejaremos así hasta que se enfríen por completo. Volvemos a dar la vuelta, y ya la tenemos lista para usar durante las próximas semanas o meses.


COVENT GARDEN
COVENT GARDEN

VAMOS A PONER LA MESA

Cuando vayamos a tener invitados en casa podemos dejar previstas varias cosas. He preparado una lista que es la que yo normalmente repaso (a veces mentalmente y otras escribiéndola) porque me ayuda mucho a tener la sensación de que todo está bajo control.

Siempre empiezo a prepararlo todo de lo más complicado o que me lleva más tiempo, a lo más sencillo, porque si no llego a todo, siempre es más fácil pedir a alguien que ponga el hielo, las aceitunas o que encienda las velas que pedirle que corte una carne, por ejemplo.

EL MENÚ

Desde que empecé a celebrar comidas y cenas en mi casa, tengo una libretita donde apunto los menús de cada invitación en casa. Esto me ayuda a no repetir determinados platos que igual son muy señalados y, sobre todo, me ayuda a repasar ideas que pueden servirme para organizar el menú.

Me encantan los aperitivos, así que suelo preparar entre cuatro y seis en cada celebración. Dependiendo del número de personas y de la ocasión, suelo mezclar algunos calientes con otros fríos, siempre intentando que solo haya que calentarlos en el último momento y que, por lo demás, puedan estar preparados.

En el menú, normalmente un primero, un segundo y dos postres. Todos saben que soy muy dulcera y me encanta servir dos postres. Pero igual de importante que decidir el menú es organizarlo todo. Por eso me ayuda mucho elaborar una lista con el orden de los platos que vamos a servir: aperitivos, platos principales y postres. La razón de esta lista es que así no se me olvida nada. Y es que más de una vez, a la mañana siguiente de mi celebración, me encontraba con tal o cual aperitivo o guarnición que me olvidé sacar de la nevera o del horno. Otras veces me encontraba con que al final tenía demasiados aperitivos y me había olvidado de alguna guarnición, así que la lista me ayuda a organizarme al cocinar y también al servir la comida. Si tenemos ayuda en casa, resulta además una guía fantástica para saber el orden en el que debe servirse la comida y evitar tener que levantarnos de la mesa para indicarlo.

Si somos más de 14 casi siempre prefiero organizar un buffet libre, en el que cada uno decida qué servirse y en qué orden. Es verdad que hay que preparar más recetas y que puede sobrar más comida, pero es muy divertido, la conversación fluye mucho más que en una mesa y los invitados suelen quedar encantados.

Siempre una mesa con el menaje: vasos y copas, servilletas, cubiertos y platos de varios tamaños y la bebida. Para la comida, cuento con calientaplatos que facilita mantener la comida caliente durante todo el almuerzo o cena, de modo que no tengo que sufrir para que lo caliente se mantenga caliente, y siempre mezclando vajillas que hagan que la mesa resulte bonita, elegante y colorida a la vez.

Para montar el bufet, siempre elijo recetas fáciles, carnes y pescados que pueden servirse fríos y que se acompañan de guarniciones y salsas que en algunos casos puedes ser calientes, lo que las hace muy apetecibles. Algunos entrantes, un par de ensaladas y alguna sopa caliente o fría. Como plato principal, intento elegir siempre pescados y carnes que puedan estar preparados con antelación, menos complicado si son fríos, como el salmón marinado y el roast beef por ejemplo, y que resulten siempre fáciles de servir y de comer. De acompañamiento, selecciono diferentes salsas y guarniciones calientes, y para terminar, dos postres.

En este libro encontrarás muchas recetas que te ayudarán a definir tu menú en función de los comensales, la época del año, el tipo de reunión que quieras celebrar y, por supuesto, de lo que más te guste.

MANTEL Y SERVILLETAS

Piensa qué mantel y servilletas vas a usar. Si, por ejemplo, es estampado o de color, entonces siempre voy a tonos blancos en la decoración. Si el color del mantel es neutro, entonces voy a colores más vibrantes, aunque reconozco que suelo repetir los tonos con los que me siento más cómoda, los tonos neutros sin estampados en el mantel y las flores blancas o rosas, porque son las que más me gustan.

Suelo mezclar servilletas distintas, colores variados y diferentes copas en la cristalería. También diferentes materiales y me divierte mucho dar un toque exótico y si, por ejemplo, es una cena hindú, pongo cuencos de cobre, y si es una mexicana, decoro con pequeños cactus.

Las servilletas y la forma de presentarlas pueden dar mucho juego en la mesa: poner el nombre de quién va en este o aquel sitio, atarlas, hacerles un nudo… A lo largo del libro irás viendo distintas fotografías que espero te den ideas para poner tu mesa más bonita.



LAS FLORES Y LAS VELAS

Para mí, las flores y las velas son un elemento indispensable junto con las frutas e incluso las verduras a la hora de decorar una mesa. En lo que se refiere a las flores, juega un papel importante la época del año, la estación en la que nos encontremos, porque las flores dependen de ella y con ellas casi siempre van los colores.

Con las flores, nunca elijo centros con altura porque me pone muy nerviosa no ver las caras de mis invitados y, además, me estresa tener que montar los centros yo cuando tengo muchas cosas que organizar, por eso siempre están por debajo de la línea de los ojos y normalmente juego con decoraciones planas, apoyando simplemente ramas y flores sobre la mesa directamente, o en jarroncitos pequeños.

Las velas solo para las cenas, nunca en las comidas y solo si se van a encender. Las que pongo repartidas por el salón, los baños y la casa en general, las enciendo 10 minutos antes de que lleguen los invitados, al igual que unos quinqués con parafina que me encanta encender casi todos los días en invierno. Todo lo que sean llamas de fuego da un ambiente muy acogedor. También enciendo en ese mismo momento las lámparas, guirnaldas de luces y demás iluminación que haya preparado.

Si la cena es en verano en la terraza, siempre uso velas de citronela para espantar a los mosquitos, y lo mismo si es en el salón pero tenemos los ventanales abiertos.

Las velas de la mesa las enciendo justo antes de sentarnos a la mesa y las apago al levantarnos de ella, siempre con cuidado y siempre con un apagavelas que asfixie la llama, y no soplando la llama porque no imagináis la de veces que se me han manchado los manteles con la cera de las velas al apagarlas.

También prefiero comprar velas de calidad de las que se evaporan al arder y que no dejan caer la cera sobre la vela porque estas últimas siempre acaban manchando el mantel, y aunque las manchas salen con un papel de horneado o de seda y la plancha, es un rollo tener que hacerlo, así que las evito.

LA VAJILLA: MEZCLAR ESTILOS

Hace años la manera de poner una mesa era con una vajilla completa, toda igual, y lo mismo pasaba con la cristalería. Sin embargo, ahora nos hemos relajado mucho, al menos yo, y si no tengo platos suficientes no tengo reparo en mezclar vajillas diferentes, y es que la mezcla de distintas vajillas y cristalerías está de moda.

Queda todo más natural y da un estilo mucho más personal a la mesa. Me gusta mezclar sobre todo copas y vasos diferentes y elegirlos en función del vino que vayamos a tomar.

LAS COPAS

La posición de las copas es siempre delante de los platos de izquierda a derecha según su tamaño. Normalmente la copa más grande se destina al agua, pero hoy por hoy las copas de vino también son grandes y muchas veces incluyo un vaso bonito para el agua en lugar de copa (dependiendo del estilo y de la formalidad de la reunión).

Si es verano, me encanta tener una bandeja con lo necesario para preparar mis cócteles favoritos: gin fizz y golden daiquiri, además de los aperitivos de siempre como vermut, fino o manzanilla y, por supuesto, cerveza.

También una champanera o un cubo grande lleno de hielo para poner las cervezas, el champagne y el vino blanco durante el aperitivo.

Para después de la cena, me gusta tener preparada una mesita con cubitera, vasos y licores y alguna fruta con la que acompañar los combinados, además de unos cuencos con chocolates, gominolas y frutos secos.

LA MÚSICA

La música juega un papel muy importante en todas nuestras reuniones. Hasta tal punto, que a veces hemos llegado a regalar un CD a cada invitado con la lista de música de la cena o fiesta para que todos puedan disfrutar de ella en sus casas y tener un bonito recuerdo de la celebración.

Me gusta mucho el jazz melódico o la música chill-out para la cena, y luego una música más movida para las copas. Antes poníamos algún CD, como os he dicho, pero lo más fácil hoy en día es tener varias listas en alguna aplicación musical creadas en función de nuestros gustos, de modo que las canciones suenen aleatoriamente sin tener que estar poniendo y quitando música.



LOS DETALLES

Aunque la cena no sea formal me gusta asignar los asientos. Siempre separando las parejas y alternando hombre y mujer para que las conversaciones fluyan. Normalmente pongo tarjetas hechas a mano decoradas según la época del año y los colores de la mesa, y casi siempre las acompaño de unas ramas de romero fresco, o tomillo o unas flores pequeñas. También suelo poner alguna frase o dibujo en la tarjeta, y si es Navidad, un cordel para que puedan llevárselas de recuerdo y ponerlas en el árbol de Navidad.

Si no somos más de ocho a la mesa, me gusta limitar la conversación a una, de esa manera todos compartimos conversación y no nos perdemos solo con la persona que nos haya tocado al lado. Pero mi experiencia me dice que no sirve para más de ocho porque si somos más no nos oímos bien y al final las conversaciones se centran en quienes tenemos al lado.

Además, me gusta preparar algún detalle para que mis invitados se lleven después de la cena. Salvo cuando es una tarde de fútbol o una cena improvisada, me gusta preparar galletas, pequeños bizcochos o panecillos para que los invitados, a la mañana siguiente durante el desayuno, recuerden lo bien que lo hemos pasado en la cena o comida, sobre todo si es Navidad o mi cumpleaños. En el libro encontrarás ideas de cómo poner los nombres en la mesa y qué tipo de detalles me gusta preparar para que se lleven.

NO DUDES EN PEDIR AYUDA

Cuando me casé tenía esa pequeña obsesión por hacerlo yo todo: en casa, en el trabajo, con mi hijo... en todo, pero la bendita edad me ha convertido en alguien mucho más práctico, que pide ayuda cuando la necesita sin titubear.

Si puedes hazte con ayuda en casa y si no tienes, seguro que tus hijos o los del vecino estarán dispuestos a echarte una mano a cambio de una propina. Que haya alguien para abrir la puerta, ocuparse de la copa de bienvenida, pasar los aperitivos, servir y retirar los platos… son cosas que no necesitan de un cocinero ni de un profesional y, sin embargo, es una ayuda que te permitirá no tener que estar pendiente de todo y disfrutar también de la reunión (algo fundamental). En mi caso Juanje y Javi me ayudan muchísimo en todas esas cosas que no requieren conocimiento en cocina, así que intenta tener a alguien a mano que pueda ayudarte.

ORGANIZACIÓN EN VEZ DE NERVIOS

Es muy importante organizarte, y la víspera del evento, hacer recuento de todo lo necesario y en su caso, escribir una lista de cosas pendientes. Unas horas antes del evento, o esa mañana, la chequeamos por si falta algo poder remediarlo con tiempo. Eso te permitirá tener lo más importante controlado. Puede haber imprevistos y lo importante es tener el resto bajo control para evitar ponernos más nerviosos de la cuenta.

Para mí siempre es muy importante estar lista cuando los invitados llegan. Así que pase lo que pase, 20 minutos antes me arreglo tranquila, incluso si es algo informal, porque eso me permite relajarme y disfrutar más de la compañía, que al fin y al cabo es de lo que se trata. Pongo música en el baño mientras me arreglo e intento evadirme del lío de cocina y los preparativos. Por eso lo realmente importante lo tengo listo con tiempo, y encender las velas, preparar el hielo y demás lo dejo siempre para que lo haga alguien por mí.

LOS QUE SE RETRASAN

Respecto a la espera de los que llegan tarde, siempre espero 15 minutos de cortesía antes de empezar con los aperitivos. Ahí la utilidad de la tabla de quesos y embutidos que suelo preparar y que os explico más adelante, es fantástica. Por supuesto, puede haber una razón perfectamente entendible para el retraso, pero sea la que sea, el resto de los invitados no tiene la culpa, así que pasados 15 minutos empezamos con los aperitivos y quienes faltan se van uniendo a la reunión conforme van llegando, sin más.

Y sea como sea, es importante no enfadarse y no llevarse un berrinche porque haya quien llegue tarde. Con motivos o sin ellos, nosotros nos hemos tomado mucho tiempo, esfuerzo e interés en que todo esté bien como para dejar que un retraso nos estropee la celebración. Hemos venido a disfrutar, que no se os olvide nunca.

