



Actividades

Itinerarios gastronómicos

Nivel: A2

El pastel de cabracho

por Eugenia Beccalli

con la revisión lingüística de Marta Lozano Molina



© Enrique Garcia Navarro/Shutterstock

Hoy vamos a ver uno de los platos más típicos y peculiares de Asturias: el pastel de cabracho. El cabracho es un pez particular: es difícil comerlo debido a su estructura y a la cantidad de espinas que tiene. El pastel de cabracho normalmente se consume como aperitivo en ocasiones especiales, sobre todo en Navidad. Es un plato práctico, porque se puede preparar unos días antes consumirlo o, alternativamente, se puede congelar.

Para preparar el pastel de cabracho necesitas: un cabracho fresco (**destripado**¹ y sin cabeza), una zanahoria, un puerro, una cebolla, dos hojas de laurel, unos granos de pimienta negra, ocho huevos, 300 mililitros de nata, 200 gramos de salsa de tomate, aceite de oliva, pimienta negra recién molida, sal y un par de moldes rectangulares.

Pela la zanahoria y la cebolla y córtale al puerro las extremidades (las hojas verdes y las raíces), y quítale también su capa más externa.

Limpia el cabracho en agua fría. Pon una olla con agua y una cucharada de sal a fuego medio-alto, y cuando empiece a hervir incorpora la zanahoria, la cebolla, el puerro, las hojas de laurel, la pimienta negra en grano y una cucharada de aceite.

Cuécelo todo junto 20 minutos y saca todos los ingredientes.

Introduce el cabracho en la olla y deja que siga hirviendo otros 15 minutos.



Cuando termina el tiempo, saca el cabracho de la olla y límpiale la piel y las espinas. En un bol casca los huevos y bátelos. Incorpora la salsa de tomate, la nata, el pimiento del piquillo, el cabracho desmenuzado y un poco de pimienta negra. Tritúralo todo con un batidor de mano hasta que la mezcla sea más o menos homogénea. Engrasa con un poco de mantequilla un par de moldes rectangulares desmontables y vierte la mezcla en ellos. Utiliza una bandeja de horno con cierta profundidad y llénala de agua hasta la mitad. Introduce en ella los moldes con el pastel de cabracho, y todo junto al horno para que se cocine al baño María. Tiene que estar en el horno 40-45 minutos a 180°. Saca el pastel del horno y déjalo reposar a temperatura ambiente. Si lo has trabajado bien, el pastel tendrá una textura similar a la del paté, y se puede servir con tostadas.

Notas

1 destripado: eviscerato

Objetivos del Marco Común Europeo de Referencia

Comprensión: el alumno es capaz de comprender los puntos principales de textos en lengua estándar. Es capaz de recoger información procedente de un texto con el fin de realizar una tarea específica.

Cultura: repasar el léxico inherente a la comida y a la cocina.

ACTIVIDADES

1. Léxico. Escribe la traducción correcta de cada palabra.

cabracho =

.....= carota

.....= porro

cebolla =

laurel =

..... = pepe nero

..... = uovo

nata =

..... = salsa di pomodoro

aceite de oliva =

molde =

..... = pentola

..... = ciotola

bandeja =



2. Busca y subraya en el texto los verbos imperativos. Ponlos en la tabla y escribe la forma infinitiva y el imperativo negativo de cada verbo.

Imperativo	Infinitivo	Imp. Neg.	Imperativo	Infinitivo	Imp. Neg.
.....	pelar	no saques
córtale	no las cortes	limpiar
.....	no las quites	no casques
.....	limpiar	triturar
pon	engrasa
.....	incorporar	vierte
.....	cocer	no utilices
.....	no introduces	no la llenes

3. Escribe una receta para tus compañeros. Intenta usar verbos conjugados en la segunda persona plural (vosotros) de imperativo para darles las instrucciones necesarias: *tomad, buscad*, etc.