

Pato de Ofrenda *(Pato Nadando en Aceitunas)*

INGREDIENTES:

1 pato de 1,5 kg. limpio y entero, 1 huevo, 1 cebolla pelada y picada fina, 12 aceitunas verdes deshuesadas y troceadas, 30 gr. de migas de pan mojada en leche, 1 diente de ajo picado fino, 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra, una pizca de nuez moscada, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Pica el hígado del pato y mézclalo con el huevo, las aceitunas y la cebolla, las migas de pan y el ajo. Añade una poca de nuez moscada, sal y pimienta. Rellena con esta mezcla el pato, ponlo en una fuente, riégalo con abundante aceite de oliva, sazónalo y mételo en el horno precalentado a 180° durante una hora y media aproximadamente, y dale la vuelta de vez en cuando. Una vez que la carne esté tierna, aumenta la temperatura del horno hasta que se dore. Sácalo y déjalo reposar por 15 minutos, trocéalo y ponlo en una fuente. Pon en esta un poco de agua, desprende y recoge lo que se ha quedado en el fondo, riega el pato con esta salsa y sirve todo. ¡Delicioso!... ¡Plato digno de un mago!



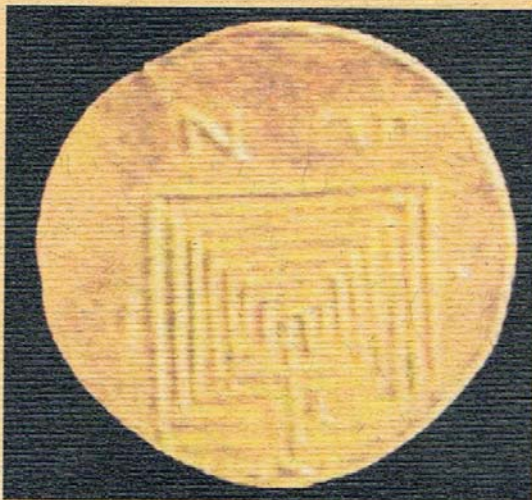
Martes

Receta: *Jaula Minoica*

Plato de caza mayor: *Rabo de Minotauro*

Perspectiva histórica: el Minotauro tenía cuerpo de hombre y cabeza de toro, vivía en un palacio laberíntico y tenía la mala costumbre de alimentarse de jóvenes atenienses.

Su aspecto tan bizarro merece un paréntesis esclarecedor, ya que fue originado por la extravagante unión de su madre Pasifae por un blanco toro divino aparecido en las costas de Creta. El dios Poseidón lo reclamaba en sacrificio, pero el marido de Pasifae, el sabio rey Minos, en esta ocasión no se demostró tan clarividente, prefiriendo ignorar la instancia divina. Se atrajo así el castigo del numen: Pasifae empezó a mirar con buenos ojos al im-



*Moneda de oro que representa el Laberinto de Cnosos.
Museo Arqueológico de Rethymon.*

nente animal, llegando a pedir al ingenioso Dédalo, que le construyese una vaca de madera para entrar en gracias al orondo bovino... Minos no estaba particularmente orgulloso ni del origen y ni del aspecto de su hijastro, así que lo internó en un intrincado palacio que Dedalo le construyó, el Laberinto. Allí, para aplacar su soledad, se entretenía recibiendo cada año un tributo alimenticio de siete muchachos y siete doncellas de Atenas.

El héroe Teseo, asqueado por este menú, le quitó la vida y logró encontrar la salida del palacio volviendo a enroscar en una rama de olivo el hilo que había desenvuelto recorriendo los laberínticos pasillos.

Ingredientes: una ramita pequeña de olivo, un monstruo (según gusto), cuernos abundantes y bastante inconsciencia.

Preparación: dar muchas vueltas al rabo en aceite de oliva hasta marearse.



Teseo mata al Minotauro en el Laberinto de Cnosos. Cerámica, Museo Arqueológico de Ferrara.



Teseo arrastra al Minotauro agonizante fuera del Laberinto. Cerámica, British Museum, Londres.

Banquete Pretense

Perspectiva histórica:

Lo menos que se puede deducir de la leyenda, es que el Minotauro era un robusto glotón, ya que engullía anualmente catorce atenienses. Para variar su dieta, pobre en fibra, la piadosa Ariadna, su hermanastra, solía agasajarle con una receta que ella misma le preparaba: inspirándose en las vueltas que tenía que dar para alcanzar su guarida hasta el centro del Laberinto de Cnosos, remecía pacientemente los ingredientes más variados hasta conseguir una sopa bien amalgamada, que así deleitaba el famélico paladar del monstruo. De allí parece que se haya engendrado la famosa expresión "¡qué sopa!" para definir un proceso largo, agotador y un poco absurdo.



Vasija de ofrenda con aceitunas encontrada en el Palacio de Zakros, enterrada en un pozo para apaciguar un terremoto. Museo Arqueológico de Irákleio.



Procesión ritual con ofrendas de alimentos. Sarcófago de Agla Triada. Museo Arqueológico de Irákleio.

Sopa Laberinto (Sopa Alegre de Lentejas)

INGREDIENTES:

1/2 taza de aceite de oliva virgen extra, 2 tazas y media de lentejas, 2 tazas de agua, 1/2 cebolla cortada fina, 2 dientes de ajo cortado fino, 1 zanahoria en rodajas, 2 hojas de laurel, 3 cucharas de vinagre (aromático o balsámico), sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Lava las lentejas, calienta el aceite a fuego lento y añade la cebolla cortada, el ajo y las lentejas. Añade las rodajas de zanahoria, las hojas de laurel, el agua, el vinagre y la pimienta; hierva a fuego lento por una hora aproximadamente, hasta que las lentejas se pongan blandas y el caldo se haya condensado.

La buena Ariadna, agotada por el esfuerzo producido por el paroxismo de la maraña de pasillos y habitaciones que tenía que recorrer, cedió a veces a la tentación de saborear el succulento menjunje para corroborar su determinación de salir del laberinto.

Perspectiva histórica:

El pulpo era un animal muy codiciado y frecuentemente representado en el mundo cretense, protagonizando algunas de las cerámicas más refinadas del universo figurativo minoico. Sus enmarañados tentáculos de peluquería dantesca, la mirada obtusa, quizás un poco desamparada, y las volutas de su cuerpo interminable, ¡parece invitarnos a los legendarios banquetes del gran rey Minos!

Pulpo al Gusto de Minos (Pulpo Perplejo en Aceite y Vinagre)

INGREDIENTES:

1 kg. de pulpo, 3 hojas de laurel, 1 hoja de olivo, 6 granos de pimienta, 1/2 taza de vinagre, 1/2 taza de aceite de oliva virgen extra y 3 dientes de ajo.

PREPARACIÓN:

Limpia bien el pulpo y ponlo en una sartén con las hojas de laurel y de olivo y los granos de pimienta. Cocina todo a fuego lento en su jugo hasta que el pulpo se vuelva tierno. Añade una cucharada de vinagre y una vez que el pulpo se haya enfriado, córtalo en trozos pequeños y ponlo en una cazuela, añade el aceite y el vinagre. Si lo prefieres más aromático, puedes dejar reposar ajo en el aceite de oliva. Tapa la cazuela y déjala enfriar. El mismísimo Minotauro, fino gourmet, ¡cambiaría sus gustos antropófagos para catarlo!

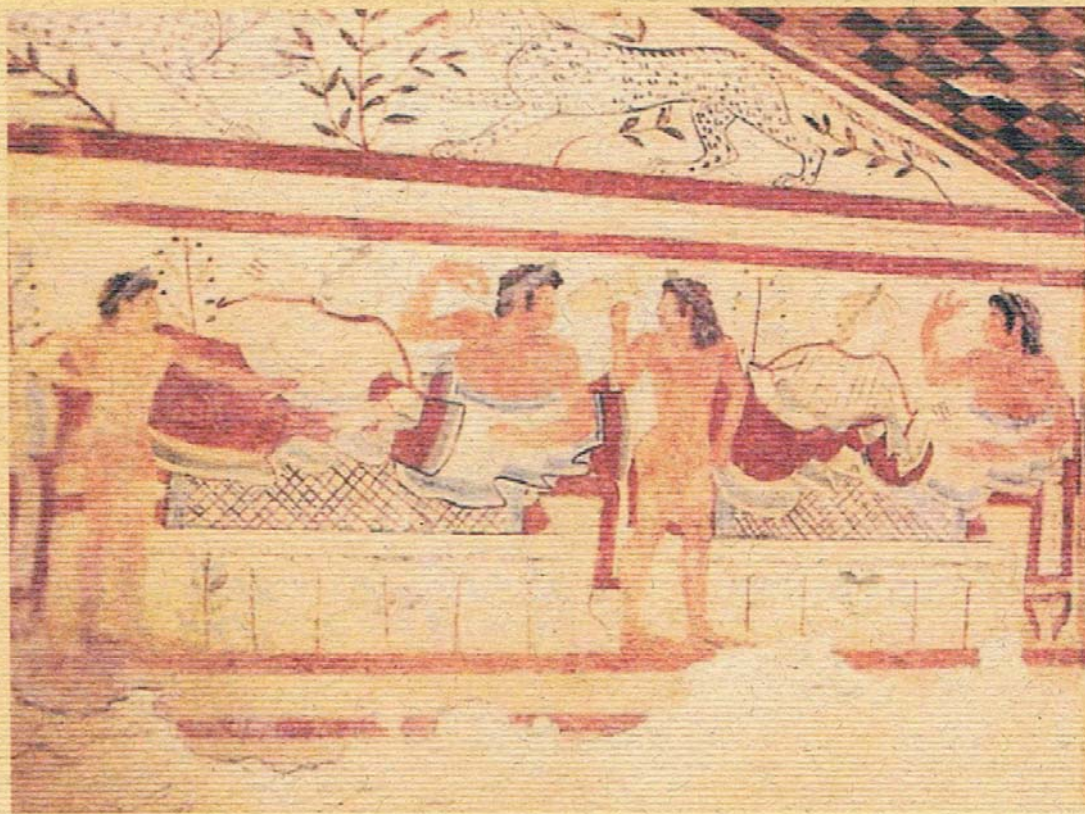


Miércoles

Receta: *Etruria Lúdica*

Plato musical: *Flauta Etrusca*

Perspectiva histórica: los etruscos amaban pasárselo bien, durante la vida y después de ella. Por eso se retrataban en el más allá, banqueteando, suavemente arrellanados entre olivos poblados de pájaros, alegrándose con juegos y cantos acompañados por la dulce melodía de flautas.



Escena de banquete con música y baile entre olivos. Tumba de los Leopardos. Fresco, Tarquinia.

Ingredientes: algunos olivos floridos, una tumba espaciosa, algunos oídos musicales y mucha gana de juerga (*ad libitum*).

Preparación: mezclar todo en alegre bacanal, revolviendo hasta cantar con acento etrusco.



Músico entre olivos. Tumba de los Leopardos. Fresco (detalle), Tarquinia.

Manjar Etrusco

Perspectiva histórica:

Varias generaciones de historiadores se han descalabrado en desentrañar el misterio que inspira la aristocrática riqueza del refinado pueblo etrusco, que mejor se expresa en la enigmática sonrisa que sus grupos estatuarios parecen insinuar. Una probable interpretación sugiere que la extrema y acertada sencillez de sus platos sea la clave de la indescifrable y discreta fascinación de esta singular sonrisa...

Ofrenda sagrada de alimentos.
Revestimiento de terracotta
policroma. Museo del Louvre.



Rebanadas Enigmáticas

(“Crostini” a la Oliva Risueña)

INGREDIENTES:

4 rebanadas de pan de hogaza, 250 gr. de champiñones frescos, 50 gr. de aceitunas negras deshuesadas, 1 diente de ajo picado, 2 cucharadas soperas de zumo de limón, 6 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Limpia los champiñones y a continuación trocéalos y rocíalos con zumo de limón. Calienta 4 cucharadas de aceite en una sartén y rehoga el diente de ajo. Debemos dorar las rebanadas de pan al horno a 180° y pasar las aceitunas por la batidora con el resto del aceite hasta que queden como una crema. Después untaremos con ella las rebanadas de pan, cubriremos con champiñones y estarán listas para servir... ¡sin más enigmas!

Fritura de la Sonrisa (*“Fritto Misto del Fiorentino”*)

INGREDIENTES:

Necesitarás 1/2 kg. de pollo, 1/2 kg. de conejo, 2 calabacines pequeños, 2 alcachofas, 2 huevos, 1 limón, harina para rebozar, aceite de oliva virgen extra y un poco de sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Corta el pollo y el conejo en trocitos, haz lo mismo con los calabacines sin pelar. Limpia las alcachofas y divide en 4 trozos la parte tierna poniéndola en agua con zumo de limón. Bate los huevos con sal y una pizca de pimienta. A continuación pasa las verduras por harina y luego por el huevo batido, repite la operación con la carne y... a la sartén! Apenas hayan escurrido un poco estarán listas para comer...y sonreír!



Jueves

Receta: *Fenicio Ibérico*

Plato pesado: *La Plava de Melkart*

Perspectiva histórica: el conquistador y héroe fenicio Melkart, llamado Heracles por los griegos y Hércules por los romanos, tenía una fuerza descomunal y una pasión especial por España, los toros y los olivos. Viajando de oriente a occidente, Melkart colonizaba tierras incógnitas, dejando rastros de sus hazañas legendarias, conocidas como “los Doce Trabajos”, que simbolizan el sol en su ciclo anual. Donde apoyaba su inseparable



Heracles doblega al toro divino de Creta. Cerámica, Museo del Louvre, París.