

clava de olivo, hacía brotar mágicamente del suelo otros olivos, que representaban nada menos que el florecimiento del conocimiento y de la civilización en tierras bárbaras.

Amaba enfrentarse y vencer a seres reales y fabulosos, como el jabalí de Erimanto, las aves de Estínfalo y el blanco toro divino de Creta, padre del Minotauro, que el héroe logró someter sin herirlo. Llegado al final del mundo entonces conocido, es decir, España, rompió las montañas que la unían a África, y allí puso sus columnas para indicar el final del mundo, conocido como *non plus ultra*, es decir, no más allá. Alcanzó luego una marisma donde fundó Híspalis, es decir, Sevilla; aquí enseñó al rey íbero Gerión a domesticar los toros bravos, echando así con su clava de olivo los cimientos del arte sutil de la tauromaquia.

Ingredientes: una nudosa clava de olivo, un toro rollizo, unos gruñidos sueltos e inquietud viajera.

Preparación: mugiendo repetidamente, machacar todo con una clava de olivo hasta tener la impresión de haber recorrido el mundo entero, o en alternativa, de estar en Sevilla.



*Hércules somete al toro divino con su clava de olivo.
Francisco Zurbarán, Museo del Prado, Madrid.*

Convite Hércúleo

Perspectiva histórica:

Del buen héroe Heracles, no se puede decir que fuese un intelectual. Entre unas y otras de sus famosas hazañas, conocidas como los Doce Trabajos, amaba descansar debajo de un olivo en compañía de vino abundante. Durante una pesadilla en la huerta de las Hespérides, donde había ido a robar manzanas, remolinó enérgicamente su clava, destrozando todo a su alrededor: lechuga, aceitunas, cebollas y otras verduras se quedaron despedazadas. Al despertar, el noble héroe se percató que había creado la primera ensalada de la tradición fenicio-ibérica, que cató gustosamente.



Ajuar funerario fenicio con recipientes para alimentos. Museo Arqueológico de Cagliari.

Ensalada Agitada (Ensalada de la Bella Andalucía)

INGREDIENTES:

1 lechuga troceada fina, 1 diente de ajo picado fino, 1 huevo cocido, 1 cebollita pelada y picada, 100 gr. de atún en aceite, 500 gr. de aceitunas verdes deshuesadas, 1 cucharadita de estragón cortado fino, 3 cucharadas de aceite de oliva virgen extra, 2 cucharadas de vinagre y sal.

PREPARACIÓN:

Pon la lechuga en una ensaladera, añade las aceitunas, la cebolla, el ajo y el estragón, pon un poco de sal. Machaca la yema del huevo cocido en el mortero, añade el aceite y el vinagre y remuévelo con la maza antes de verterlo en la ensaladera. A continuación pica la clara de huevo y ponla por encima, reparte el atún desmenuzado, añade un poco de sal, remuévela vertiginosamente y... ¡pronto tendrás los músculos de Heracles!

Banderillas de los Doce Trabajos (Brocheta Variopinta)

INGREDIENTES:

Carne de buey cortada muy fina, pescadilla en trozos pequeños (150 gr. de cada), 2 hojas de laurel, 1 cucharada de perejil, 1 cebolla pequeña, aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Media hora antes espolvorea la carne con sal y pimienta y mete el pescado en una mezcla de sal, vino blanco y unos granos de pimienta. Trocea la cebolla en gajos, ensarta los trozos de carne y de pescado alternándolos con la cebolla. Ponlo todo en un plato que puedas meter en el horno y reparte el laurel troceado por encima, a continuación mételo en el horno 5 ó 6 minutos a máxima potencia. Sácalas, échales un poco de sal y pimienta y espolvóralas con perejil, condiméntalas con un hilo de aceite y déjalas reposar 2 minutos... ¡ahora están listas para comer...y salir por la puerta grande!

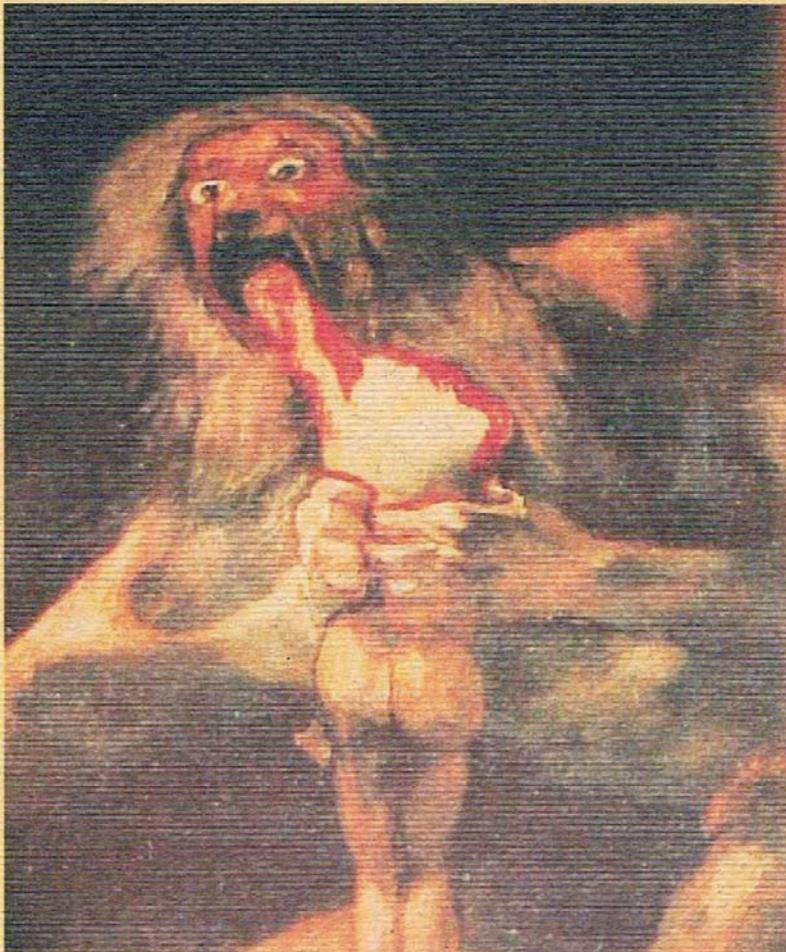


Viernes

Receta: Koiné Helénica

Plato infantil: Los Dañales de Zeus

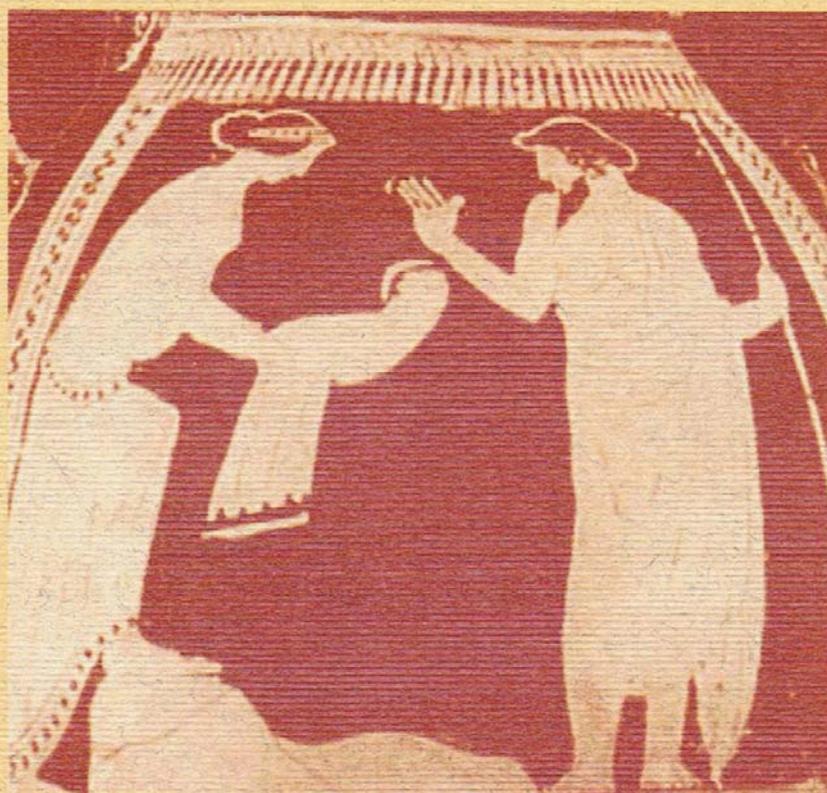
Perspectiva histórica: a Cronos, dios que representa el tiempo, no le sobran los hijos, porque se deleitaba en comérselos, representando así el tiempo que devora todo lo que engendra.



Saturno devorando a su hijo. Francisco de Goya, Museo del Prado, Madrid.

Su mujer, Rea, ya harta de parir almuerzos, entregó arteramente al marido hambriento una piedra envuelta en pañales, simulando un niño, en lugar de su último hijo Zeus. Sorteando así un destino con escaso futuro, Zeus creció y destronó al padre por sus discutibles inclinaciones gastronómicas. Agradecido, rescató la piedra salvadora poniéndola en Delfos, donde será consagrada con aceite de oliva como centro del mundo.

Por esta razón, se fundó aquí el santuario más famoso de la historia de Occidente, porque estaba equipado con un afamado Oráculo que profería vaticinios tan acertados que intimidaban hasta a los más pudientes del mundo antiguo.



Rea entrega la piedra del engaño a Cronos. Cerámica. Metropolitan Museum, Nueva York.

Ingredientes: aceite de oliva de calidad, propensión a la antropofagia, un guijarro grande, coeficiente intelectual dubio.

Preparación: mojar todo bien en aceite de oliva hasta oír un vagido quejumbroso.

Ágape del Olimpo

Perspectiva histórica:

Seguramente, entre los pueblos antiguos los griegos brillaban por su dedicación absoluta a la búsqueda del armonioso encuentro entre macro y microcosmos en el hombre. La belleza exterior tiene que calibrarse en delicado equilibrio con la bondad interior que la vivifica y alimenta, rehuendo cualquier clase de intemperancia: “¡nada en exceso!”, pontificaba el oráculo de Delfos, mandamiento que se coronó en el arte estatuario y gastronómico, en el cual el cerdo destacaba como uno de los manjares más exquisitos; tal vez surja de aquí la expresión que lo elogia “hasta en los andares”...



Heracles lleva el jabalí del monte Erimanto a Euristeo, que se esconde en una tinaja. Cerámica atica, Museo Arqueológico Nacional de Atenas.



Heracles abate a las aves de Estinfalo con una onda. Cerámica atica. British Museum.

Gruñidos en la Acrópolis

(Cerdo Revolcado entre Puerros)

INGREDIENTES:

1/2 kg. de carne de cerdo, 1 kg. de puerros, 1 vaso de vino tinto, 2 huevos, 2 limones, aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Trocea la carne y ponla a rehogar en una cacerola con aceite caliente. Cuando se doré rocíala con el vino y añade sal y pimienta. Los puerros una vez troceados échalos en la cacerola con la carne y déjalos hacer en su propio jugo, añade los huevos batidos, un poco de agua y una vez cocido déjalo enfriar... ¡y no metas tu hocico en el plato!

Torta del Oráculo

(Empanada Profética de Aceitunas)

INGREDIENTES:

3 tazas y media de harina, y 1 taza de aceitunas negras, 2 tazas de agua templada, hierbabuena seca picada, 1 cebolla pequeña, 2 cucharadas de levadura y 1 vaso de aceite de oliva virgen extra.

PREPARACIÓN:

Deshuesa las aceitunas y pícalas. Se añade la hierbabuena y la cebolla también picada. Echa en un recipiente la harina, la levadura, el aceite y remueve bien. Después echa el agua templada y remueve hasta conseguir una masa bastante líquida y homogénea. Añade y mezcla las aceitunas picadas. Finalmente espolvorea con harina una fuente para horno y déjalo una hora a temperatura media... ¡y el vaticinio será propicio!



Sábado

Receta: *Caminos de Roma*

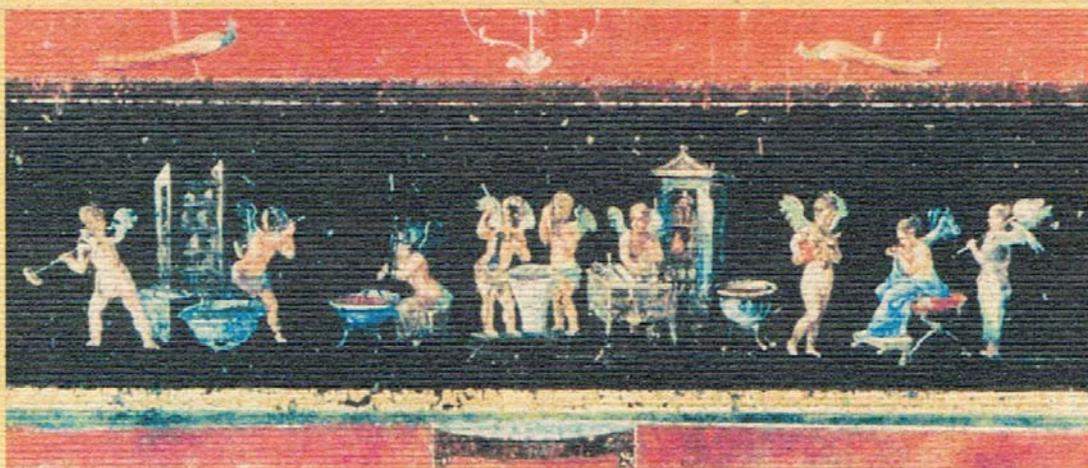
Plato olfativo: *Misterio en Pompeya*

Perspectiva histórica: a los romanos les encantaba la organización: ponían a trabajar en serie hasta a los alegres amorcillos.

De izquierda a derecha:

1. pegan con martillos para extraer aceite de oliva que...
2. calientan en un caldero,
3. mezclan con aromas en un mortero, para...
4. venderlo en un mostrador como perfume que...
5. una compradora cata cuidadosamente.

"*Todos los caminos llevan a Roma*", ya que un proceso análogo haya quizás inspirado a los más renombrados artífices de la creación gastronómica imperial, que elaboraron un menjunje particularmente apreciado, el *garum*: se



Fresco con amorcillos perfumeros. Casa Vetti, Pompeya.

trata de una salsa preparada a partir de los desperdicios de pescado fermentados, la cual se podía mezclar con vino o aceite de oliva. El resultado difería seguramente de las refinadas esencias destiladas por los amorcillos, pero su éxito comercial fue grandioso, engendrando enormes fortunas a los grandes comerciantes de Roma. Muchos de ellos amaban ostentarlas edificando sus villas en Pompeya, que se volvió una de las ciudades más refinadas y opulentas de la época, insaciable de novedades y extravagancias. Allí afluían productos y costumbres de todo el mundo conocido, como las sedas de la lejana China o los enigmáticos “cultos de los misterios” de Oriente, que animaban la afiliación a selectas logias y conciliábulos. Estos ritos eran practicados por iniciados coronados de ramas de olivo, que les propiciaban el paso de una condición inadecuada a otra superior.

Ingredientes: aceite de oliva hirviendo, ocho amorcillos, nariz ostentosa y espíritu emprendedor.

Preparación: repetir varias veces todo el proceso hasta ganar unos sestercios.



Iniciada coronada con ramas de olivo. Villa dei Misteri. Fresco (detalle), Pompeya.

El «agarum» se utilizaba como condimento en la cocina y en la mesa. Mosáico, siglo I a. C. Casa di Umbricio Scauro, Pompeya.

Opulencia Imperial

Perspectiva histórica:

Entre los pueblos antiguos, los romanos destacaban como los más sibaritas. Sus banquetes eran opulentos, y comprendían entremeses, diversos platos principales y postres. Las aceitunas eran utilizadas como complemento de estas comidas, pero sobre todo como postre, y de allí surge la expresión de "llegar a las aceitunas" para decir que se llega tarde. Si cocinas este plato, todos llegarán a las aceitunas, aunque no lleguen tarde...

Cáliz con aceitunas. Fragmento de fresco. Pompeya.



Bolitas Candentes del Vesuvio (Aceitunas Orondas Fritas)

INGREDIENTES:

24 Aceitunas verdes muy grandes deshuesadas, 100 gr. de carne de cerdo troceada, 50 gr. de panceta troceada, 1 huevo y una yema de huevo, 50 gr. de miga de pan, 2 cucharadas soperas de queso parmesano rallado, una pizca de nuez moscada rallada, 1/4 de litro de vino blanco, harina y pan rallado para rebozar, aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Calienta dos cucharadas soperas de aceite en una sartén y dora la panceta. A continuación añade la carne y dórala a fuego lento. Agrega el vino blanco y un poco de sal y pimienta, tápalo y déjalo a fuego medio sobre una hora. Después escurre la carne y la panceta y pícalas muy finas. Añade la miga de pan remojada en agua, la yema de huevo, el queso parmesano y una pizca de nuez moscada, a la vez que lo vas mezclando todo bien. Con una manga pastelera de boquilla muy fina rellena las aceitunas. Bate un huevo con una pizca de sal en un plato y pon harina y pan rallado en otros dos platos. Con todo ello reboza las aceitunas, primero en harina, después en el huevo y por último en el pan rallado. Por último calienta aceite y fríe las aceitunas hasta que se doren. Sírvelo muy caliente. ¡Qué no te quemes!... ya lo hizo Pompeya por ti...