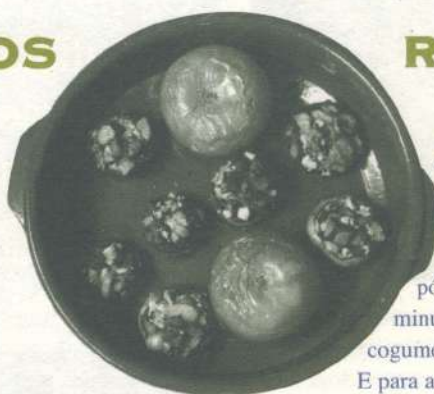


COGUMELOS

Para 4 persoas :
16 champiñóns gordos,
1 cebola,
allo,
1 tostada integral,
anacardos,
queixo emental ralado
aceite de oliva.



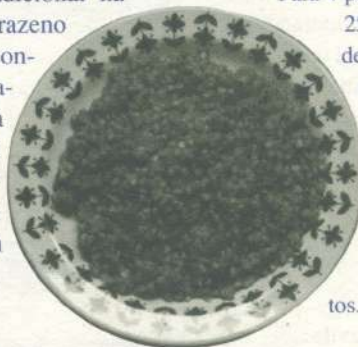
RECHEOS

Quitar os rabos dos champiñóns, cortá-los miudiño e sofreti-los coa cebola nun pouco de aceite e allo. Engadir-lle a tostada integral e os anacardos machacados. Reencher os champiñóns con esta mistura, cobri-los con emental ralado e pór no forno quente termostato 8, durante 15 minutos aproximadamente, segundo o tamaño dos cogumelos.

E para acompañar: sarracénia con ervas aromáticas

SARRACÉNIA CON ERVAS AROMÁTICAS

A sarracénia é un cereal de cultivo tradicional na Bretaña; chama-se popularmente trigo sarrazeno pola sua cor escura. Emprega-se en xeral na confección de filloas salgadas (galettes de sarrasin) e ten un sabor moi peculiar. Atopa-se na Galiza en tendas de alimentación biolóxica por un prezo un pouco elevado pero sempre desde logo moito máis barato do que unha carne ou un peixe de calidade. Ademais non se necesita moita cantidade.



Para 4 persoas (300 cal/pers)

250 g de sarracénia, 1 cebola, 2 culleradas de aceite de oliva, 600 g de tomates, sarxa, perixel, tomelo, loureiro, ceboliña, sal, pementa.

Sofretir a cebola cortada no aceite coas ervas aromáticas, o sal e a pementa. Engadir a sarracénia e 3/5 de litro de auga. Deixar cocer no lume suave durante 30 minutos. Quitar-lle a sarxa e máis o loureiro.

Asar os tomates no forno durante 10 ou 15 minutos. Servir a sarracénia cos tomates inteiros por encima.

ENCRUCILLADO EXIL

Solucións ao número anterior. Horizontais : 1 ASUSTAMOS, 2 MEL-RI-BAR, 3 EMPRESARIA, 4 REI-BACELO, 5 I-ACO-SI-D, 6 CANON-ORAR, 7 TORA-TOMO, 8 NO-ERA-ET, 9 REANIMO-NA, 10 ARO-DUNA. Verticais : 1 AMERICANO, 2 SEME-AROMA, 3 ULPIANO-IR, 4 S-R-COTENO, 5 TREBON-RA, 6 ASIA-DEA, 7 M-TOSCA-UR, 8 OBREIRO-N, 9 LIAS-AMENA, 10 ATORDOAR

HORIZONTAIS.- 1. Cultismo procedente do grego que significa "recoñecimento" e serve de título a unha coñecida novela de M^a Victoria Moreno 2. Mes no que compre aplicar o dito: "pola mañá cariña de rosa, pola tardiña cara de can". Ao revés, siglas en euskera do sindicato de traballadores vascos 3. Vocal de abertura mínima. Vocal de abertura media, palatal. Sustancia orgánica que actúa como catalizador en certas transformacións químicas 4. ... de Allariz, sobrenome dun famoso actor e escritor galego de comezos de século. Banda deseñada 5. Nome de muller, de orixe escandinava. Nome apocorístico dun famoso cantante, apelidado Bravo, morto en accidente hai anos 6. Ao revés, proxectil. Privar a alguén da vida, de xeito violento 7. Deusa da agricultura na mitoloxía romana. Vocal de abertura máxima. Cincocentos 8. Eu non. Consoante nasal bilabial. Vocal de abertura mínima. Magoa, manca 9. Moeda dunha superpotencia. Utensilio de madeira que servía para xuntar o cereal na eira 10. Ao revés, non malo. Primeira muller, na tradición xudeocristiá. En inglés, antónimo de OUT.

VERTICAIS.- 1. Composto orgánico no que interveñen ácidos 2. Símbolo do sodio. Ao revés, recipiente de vidro 3. Discursar en público enardecidamente. Cincuenta 4. Distintivo do noso país nos autocolantes dos automóbiles. Ao revés, protozoo libre, dunha única célula, que soe vivir na auga 5. Personaxe bíblica que sobreviviu ao Diluvio. Consoante xorda. Nota musical 6. Vocal de abertura media. Nas enquisas, o mesmo que non sabe, en abreviatura. Consoante nasal bilabial. Vocal de abertura mínima. Consoante ortograficamente moi conflictiva 7. Discorre, pensa. Divinidade solar, en Exipto 8. Sen límites 9. Ao revés, infundas folgos. Ao revés, aparvado 10. Vocal de abertura media. Instrumento musical.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										