

# Ella

## LA PROVIDENCIAL DESPENSA

**E**N nuestros días, todo —o casi todo— se mete en latas. Ha habido, incluso, un humorista que ha envasado... ¡el aire de la campiña inglesa! No podemos dar fe de la utilidad de esta insólita conserva; pero sí es cierto que las amas de casa han encontrado una gran ayuda en esta industria que les permite preparar, en poco tiempo, una comida apetitosa y completa.

Legumbres, frutas, pescados, carnes y dulces, preparados bajo las más estrictas normas de higiene y seleccionados cuidadosamente, proporcionan un amplio menú del que se puede echar mano en cualquier momento.

El precio de las conservas no es demasiado barato, desde luego; pero no resultan excesivamente caras si se piensa que no tienen desperdicio y que el tiempo que se emplea en limpiar las verduras o en guisar las carnes también supone un capital nada desdeñable.

Es importante recordar que una comida realizada a base de conservas debe ser equilibrada; es decir, que debe complementarse con un plato de ensalada o cualquier otro alimento crudo que aporte la cantidad de vitaminas necesarias y que las conservas, por los procedimientos a que son sometidas, no poseen.

Tampoco conviene dejarse llevar de una forma absoluta por la facilidad que supone comer productos envasados, de modo que se pierda la tradición de la cocina familiar, tan sustanciosa y agradable.

Justo medio y justo equilibrio, utilizando las conservas sólo cuando las circunstancias requieren rapidez, y condimentando clásicos guisos cuando se dispone del tiempo necesario.



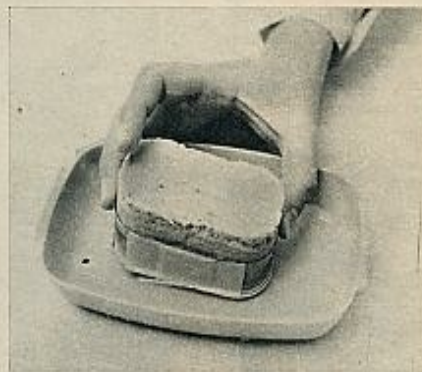
Las latas deben lavarse siempre antes de abrirlas. Así se evitará que la suciedad que se haya podido depositar en ellas contamine el contenido.



Han de tomarse precauciones para abrir ciertas latas. Las de espárragos se abrirán por el lado opuesto a las puntas, para que no se rompan.



El foie-gras resultará mucho más agradable si un poco antes de abrir la lata se la deja durante una hora entre hielo machacado con sal gruesa.



Una vez abierta la lata que contenga un preparado de carne, conviene sumergir el fondo en agua caliente. Así podrá vaciarse con facilidad.



Las verduras al natural —es decir, sin ninguna clase de salsa— se escurrirán y enjuagarán durante unos minutos bajo el chorro de agua fría.



En una despensa bien organizada, cada lata deberá llevar una etiqueta con la fecha en que se ha comprado y poner las más recientes detrás.



También será útil hacer una lista donde se indique el número y clase de conservas que hay en la despensa y tachar las que se van gastando.