

HUEVOS FRITOS

PLATOS CON HISTORIA



LOS HUEVOS FRITOS SON UNO DE LOS PLATOS TÍPICOS Y MÁS POPULARES DE LA COCINA ESPAÑOLA. SE TRATA DE LA FORMA MÁS RÁPIDA Y TRADICIONAL DE HACER UNA FRITURA DE HUEVO, PERO ADEMÁS DE CONSTITUIR UN PLATO EN SÍ MISMO, ESTA RECETA TAMBIÉN FORMA PARTE DE OTROS PLATOS MÁS ELABORADOS EN LOS QUE ACTÚA COMO GUARNICIÓN.

TEXTO: PEDRO MAROTO | FOTOGRAFÍA: Archivo propio

HUEVOS FRITOS

ACEITE, SAL Y, POR SUPUESTO, HUEVOS. NO PUEDE HABER RECETA MÁS SENCILLA QUE UN HUEVO FRITO... NI MÁS DELICIOSA. AHORA QUE, UN HUEVO FRITO SUBLIME... TIENE SUS TRUCOS Y SUS SECRETILLOS.

Es difícil conocer con exactitud la fecha exacta en la que nuestros antepasados comenzaron a comer huevos, pero es muy probable que este hecho esté vinculado al momento en el que el hombre comenzó a domesticar la gallina hace al menos hace 7.400 años en el sudeste asiático y la India.

A través de la ruta comercial de la seda, después de extenderse por Oriente Medio, la avicultura llegaría a Egipto en torno al año 1500 a.C. donde se descubrió y desarrolló la incubación artificial.

Si tenemos en cuenta que los fenicios fueron los primeros que comercializaron con el aceite de oliva, podríamos pensar que el primer huevo frito se cocinó por primera vez en la remota Iberia sobre el año 1000 a.C.

Pese a que los legionarios romanos fueron quienes se encargaron de introducir la avicultura en España, los árabes serían quienes finalmente se encargaron de perfeccionar y desarrollar esta técnica relacionada con la cría de aves y la comercialización de sus productos.

La primera referencia que encontramos sobre los huevos fritos en un texto escrito data del siglo XI d.C. El filósofo y médico andalusí Averroes detalla en su *Kitab al-kulliyat fi l-tibb*, (Libro de las generalidades de la medicina), que los huevos fritos "cuando se fríen en aceite de oliva son muy buenos, ya que las cosas que se condimentan con aceite son mucho más nutritivas" y destacando que "para que el plato sea más saludable el aceite de oliva ha de ser nuevo y un bajo grado de acidez".

En 1916, el pintor sevillano Diego Velázquez, uno de los máximos exponentes de la pintura universal, representa la elaboración de este sencillo plato en su cuadro *Vieja friendo huevos* aunque existen ciertas dudas sobre si la protagonista del lienzo fríe o escalfa los huevos.

En 1932, en plena efervescencia surrealista, Salvador Dalí muestra también una sartén de huevos fritos en su obra *Huevos al plato sin el plato*.

Expertos cocineros y chefs de todo el mundo coinciden que el huevo frito ideal es aquel que mantiene líquida la yema y los extremos de la clara crujientes, lo que se denominan puntillas. Para conseguir la textura perfecta es esencial que los huevos sean frescos y que antes de volcarlos

HUEVOS FRITOS

a la sartén, donde se freirán durante 2-3 minutos, se encuentren a temperatura ambiente (entre 10 y 20 grados) ya que de esta forma, las yemas sufren menos roturas. Es un error freír los huevos nada más sacarlos del refrigerador.

Para que el huevo frito sea perfecto ha de condimentarse después de haberlo retirado de la sartén (nunca antes) con una pizca de sal Maldón cuya pureza es superior a la sal que utilizamos habitualmente en la cocina.