

# el arte de cocinar

(2ª parte)



maria luisa garcia



## DOSIER DE PRENSA

- 1 -

## NOTA DE PRENSA

### **La segunda parte del clásico de María Luisa vuelve para alimentar a una nueva generación** La continuación de *El arte de cocinar*, que completó el recetario de la guisandera asturiana, regresa a las librerías de la mano de Delallama Editorial

Delallama reedita la segunda parte de *El arte de cocinar*, el esencial vademécum de María Luisa García, cuarenta y un años después de la primera edición. La obra, que ya en su día ampliaba y completaba el recetario de la guisandera asturiana, regresa para alimentar a una nueva generación.

Pocos libros, de cualquier género, permanecen en la memoria colectiva y tienen una influencia tangible en nuestra vida cotidiana, sobrepasando los límites de la novedad editorial. María Luisa García (1919-2019) logró todo esto, sin pretenderlo siquiera, con las dos partes de *El arte de cocinar*, un imprescindible recetario de cocina tradicional donde se mezclan sencillez, utilidad y pasión.

La segunda parte, que volverá a las librerías este mes, conserva su característico color azul y las fotografías y recetas de siempre, así como su formato en tapa dura, pensado para resistir el paso del tiempo y las consultas diarias entre fogones y platos. Los libros de María Luisa, concebidos para ser útiles, terminan durando más que cualquier electrodoméstico. No entienden de obsolescencia programada.

Editado por primera vez en enero del 82, el libro azul de María Luisa ampliaba el recetario del rojo —once años más antiguo—, recogiendo variantes de las fórmulas originales e incluyendo nuevas propuestas, entre las que figuraban recetas tradicionales de otras regiones de España.

Según Ignacio Alonso, sobrino de la autora y exdirector del Museo Arqueológico de Asturias, la segunda parte de *El arte de cocinar* «incorpora la experiencia de la primera» y «amplía su recetario» hasta alcanzar otro nivel. «El recetario, que en la primera parte era más básico, aquí es de una riqueza aún mayor. Incorpora platos de cocina nacional, todo lo que mi tía había ido recogiendo durante ese periodo [los once años que distan

entre un volumen y otro]. Es un libro más extenso, sin embargo se ve cómo esa capacidad que tenía mi tía a la hora de escribir, la de plantear recetas legibles, muy claras, aquí la perfecciona un poco más».

«De hecho», continúa Alonso, «lo que más me sorprendía de ella era la forma rigurosa y hasta académica de plantear la ejecución de sus libros, fechando cosas, haciendo pruebas de los platos que quería incluir y corrigiendo luego, cuando era necesario. Esto es algo propio de otros ámbitos, casi académicos: sus obras están muy elaboradas. Mi tía parecía una científica, por el rigor, por la organización, por cómo presentaba los bloques de platos. Era muy consciente del público al que se dirigía, elaboraba las recetas a partir de las materias primas de aquel momento y además era muy viajera, iba incorporando material del trabajo de muchos sitios».

Con la reedición de los dos tomos de *El arte de cocinar*, María Luisa García está conectando y conectará con una nueva generación, con los nietos y nietas de quienes aprendieron a cocinar consultando y siguiendo las primeras ediciones del vademécum. Paso a paso, sus recetas salen, sin mediciones milimétricas ni ingredientes rebuscados, y permanecen en la memoria para la siguiente ocasión.

«A finales de los sesenta», recuerda Ignacio Alonso, «la transmisión de conocimientos entre madres e hijas se interrumpió. La obra de mi tía cubrió un poco ese papel de transmisión familiar, precisamente en ese momento». En muchos casos, los hijos e hijas de esas primeras aprendices se fueron a estudiar fuera de Asturias. Y los libros de María Luisa salvaron a más de uno de la monotonía del arroz blanco y la pasta mal cocinada. «Hace poco me decían: “¡Vaya *fame* que me quitó ese libro!”, porque las madres incluían un tomo en el equipaje de sus hijos e hijas, y así aprendían a hacer lentejas y cosas fundamentales».

## La vida de una guisandera

Nacida en Cabojal (Figaredo) y segunda de cuatro hermanas, María Luisa García se vio obligada a interrumpir sus estudios con la muerte de su madre y de su hermana mayor. Eran los años cuarenta y María Luisa se convirtió en la viga maestra de la casa, encargándose, entre otras tareas, de cuidar y alimentar a la familia. Fue a finales de los cincuenta cuando pudo continuar estudiando, y gracias a una beca estatal, se trasladó a Madrid e ingresó en la Escuela de Especialidades Ruiz de Alda.

«Ella era muy estudiosa», explica Ignacio Alonso. «Llegó a cursar bachillerato y quería seguir estudiando, pero la posguerra y las vicisitudes de su familia se lo impidieron. Después sacó provecho de su estancia en Madrid, aprendió muchas cosas, de todo; le gustaba la cocina, como se demostró luego. Disfrutó, porque tenía familia allí, y una capacidad de adaptación a todos los sitios increíble; para ella fue una experiencia estupenda».

Al regresar a Asturias comenzó a impartir clases de cocina, y a mediados de los sesenta enseñaba a particulares o en clubes de amas de casa. Sus recetas eran tan especiales que sus alumnas no querían perder detalle, pero les resultaba muy difícil apuntar cada ingrediente al tiempo que aprendían de María Luisa, por lo que la maestra comenzó a reunir y ordenar sus fórmulas.

«No quiero caer en tópicos, pero la verdad es que *El arte de cocinar* nació por petición popular. Llegó un momento en que las alumnas decían: “¿Y esas recetas, dónde podemos tenerlas?”, porque debía de ser muy complicado ir anotándolo todo», explica Ignacio Alonso. «En el 69, mi tía se puso a escribir el primer tomo, y ella misma se sorprendió por el éxito que tuvo».

Este éxito contribuyó a que siguiera escribiendo, y un año después del primer tomo de *El arte de cocinar* (1970), editó su segunda obra, *Platos típicos de Asturias*, para colaborar poco más tarde junto a otros autores y autoras en *El libro de oro de la cocina española*, publicado en fascículos por Ediciones Naranco. A esta colaboración la siguieron la segunda parte de *El arte de cocinar* (1982) y *El arte de la repostería* (1995). Entre toda su obra, llegó a vender más de 500 000 ejemplares.

Pese a cocinar para un papa o a vivir las sucesivas reimpresiones de su obra, la autora siempre mantuvo los pies en el suelo. «Ella no se ponía medallas», concluye Ignacio Alonso, «y cuando se las ponían los demás, lo consideraba una convención, algo social; lo veía todo con una naturalidad tremenda. Ella fue ajena a la época de la autoalabanza, no vivió ese periodo». Ahora, una nueva generación tiene acceso a sus recetas y la oportunidad de seguir transmitiéndolas.

-2-

## SINOPSIS

Las dos partes de *El arte de cocinar reúnen*, entre ambas, casi 2000 recetas de cocina tradicional, desde entremeses a postres, pasando por sopas, verduras, legumbres, pescados o carnes. Juntas forman un recetario imprescindible donde se mezclan sencillez, utilidad y pasión por los fogones.

Tras la reedición del primer tomo, disponible desde abril del año pasado, regresa a las librerías su mítica continuación.

El libro azul de María Luisa García es un regalo para quienes aprendieron a cocinar con ella y, sobre todo, para sus hijos/as y nietos/as, que han tomado o tomarán el testigo en la cocina.

-4-

## GALERÍA DE IMÁGENES



Paila de mariscos a la asturiana

Se prepara las siguientes y se cocinan en un cazo con agua y sal. Se cocinan los mariscos, cada uno, en dos cacerolas.  
En la paila se cocinan el huevo duro y se agregan al arroz se añade antes del lavado adobo: se pone el tiempo se agrega el arroz cocido y se mezcla bien. Se sirve en la paila o cazuela del tiempo.  
En el mismo cazo se ponen los ajos y se cocinan con aceite. Se cocinan en un cazo con agua y sal.  
Se sirve en la paila o cazuela del tiempo.  
Se sirve en la paila o cazuela del tiempo.  
Se sirve en la paila o cazuela del tiempo.  
Se sirve en la paila o cazuela del tiempo.



PURES



FRITOS

Tarta de chocolate y avellanas



Pastelillos de atún



## FICHA TÉCNICA

**Título:**

*El arte de cocinar, 2.ª parte*

**Textos y fotografías:**

María Luisa García

**Formato:**

15 x 21 cm.

**Encuadernación:**

Tapa dura

**Edición:**

Delallama Editorial.

**ISBN:** 978-84-125807-1-6

**Páginas:** 764.

**Primera edición:** FEBRERO de 2023.

**Precio:** 28 €.



[delallamaeditorial.com](http://delallamaeditorial.com)