

Cebollas rellenas (vídeo)

Escrito por Paloma -

Sábado, diciembre 24, 2016



Estas **cebollas rellenas** son uno de esos platos cuyo sabor y fotografía no están a la misma altura. Aún así, he considerado publicarlo igualmente, porque merece la pena! Podéis ver el vídeo y haceros una idea del resultado como bocado... No hay palabras. Puede servir tanto de primero como de guarnición para un plato de carne.

También puede hacernos pensar: **la cebolla, como nosotros, tiene una capa sobre otra, hasta llegar al centro, que cada uno puede rellenar con lo que más le guste! ?**

[Con esta receta participo en el Reto de "Christmas Time" de la comunidad Cocineros del Mundo en G+](#)

Otro año más **llegó la Nochebuena**. Ayer por la mañana **estuve en urgencias**. Mientras esperaba en una sala destinada a los "recién llegados" para su clasificación (hay que ver siempre el grado de emergencia en ser atendido que uno trae), **estuve absorta observando a una señora mayor**, sentada en la puerta de una de las consultas, **discutiendo con su hija**, que la había llevado al hospital. Eran evidentes los temblores que afectaban a esta señora, la cual sin duda debía padecer un trastorno en el sistema nervioso... Pudimos saberlo más tarde: **padecía la enfermedad de [Parkinson](#)**.

Durante todo el rato que **permanecí escuchando** (yo, y el resto de la sala donde me encontraba, porque iban a grito pelado y nos tenían a todos boquiabiertos), **pensé muchas cosas**: “qué triste llegar a sufrir una **degeneración física** tan fuerte!” Esa fue una de las primeras. Pero conforme la discusión con su hija continuaba y aumentaba el volumen y se hacía palpable el acaloramiento... pude darme cuenta de **lo realmente triste escondido detrás de la escena inicial**: la madre vociferaba contra su hija, se quería ir a casa, **sola**. No quería verla en su presencia, la repudiaba, la despachaba... y eso entre continuas quejas de lo sola que estaba y de lo poco que la querían!

Al cabo de un rato, apareció el médico y varios sanitarios, en un intento para ingresarla (por lo visto el problema físico por el que acudía a urgencias era algún otro distinto al crónico del *Parkinson*). Ella se negaba, con desprecio y malas maneras hacia todo el que se le acercaba.

De repente, aparecieron dos hijos más, que presumiblemente ya habían tenido que salir de la sala con anterioridad tras la repetitiva exigencia de su madre de perderlos a todos de vista. Solo faltaba el apuntador... pero **esta mujer tenía para todos**: repartía a diestro y siniestro falta de respeto, ira, rabia, rigidez... la misma **rigidez** que se acumula en su cuerpo... pensé también que quizá (o sin el quizá) **las enfermedades son en muchas ocasiones la manifestación física de nuestro desequilibrio emocional o mental**. Y lo realmente triste es saber que entonces somos nosotros quienes ayudamos con nuestra actitud a que la enfermedad brote.

Por fin se la llevaron entre médicos y celadores. Los hijos, los seguían a metros de distancia. La sala entera quedó en silencio.

Yo me quedé sentada con mi chico junto a mí y pensé lo afortunada que soy teniéndolo a mi lado. Él es el regalo más grande que me ha dado la vida.

Creo firmemente que todas y cada una de las personas con las que nos cruzamos en esta vida, tienen algo precioso y exclusivo que darnos. A veces, como esta señora, es un mensaje.

Todos estamos aquí para aprender y -queramos o no- aprendemos cada día, porque **todo está en continuo cambio**. No queda otra.

Quiero agradecer públicamente a todas las personas que de un modo u otro ahora forman parte de mi vida, por estar ahí.

Algunas están desde que nací y el resto, se han ido añadiendo con el paso de los años... la verdad es que -en mayor o menor grado- permanecen en relación conmigo muchas más que las que pasaron de largo y no volví a ver. Y eso -no puede ser de otro modo- es directamente proporcional a mi grado de gratitud.

Una chica que esperaba en la sala de clasificación cerca de mí, cuando acabó *el espectáculo* me comentó:

qué pena... y en estas fechas... con la Navidad aquí...

Yo me pregunto: **¿Por qué en Navidad hay que llevarse mejor y ser más buenos?** También pensar así es triste.

Porque, queridos, todos sabemos que **Navidad es cada día, dentro de cada uno.** Desde ese concepto,

EL TERCER BRAZO OS DESEA FELIZ NAVIDAD.

APRENDER, AGRADECER Y SONREÍR CADA DÍA DEL AÑO.

Receta Cebollas rellenas

Según la forma tradicional

Ingredientes para Cebollas rellenas (para 4 raciones)

Ingredientes para cocer las cebollas

8 [cebollas](#) mediana
4 cucharadas de azúcar
2 ó 3 hojas de laurel
Sal al gusto

Ingredientes para el relleno de las cebollas

100 g de queso semicurado (preferentemente queso suizo)
3 [tomates](#) maduros
2 dientes de [ajo](#)
100 g de jamón serrano a taquitos muy finos
30 g de [nueces](#) peladas
1 cucharada de orégano (en el vídeo pone 1 pellizco porque realmente va a gustos, pero para esta cantidad, yo pongo por lo menos una cucharada)
2 cucharadas de pan rallado
100 g de AOVE (aceite de oliva virgen extra)



Preparación

Pelamos la cebolla con cuidado de **no hacer ningún corte en su parte externa**, ya que luego vamos a rellenarla, para lo que vaciaremos su corazón.

Usaremos como soporte del relleno dicha capa externa, que debe quedar intacta para que aguante el peso del relleno. Si le hacemos un corte, terminaría por romperse y nos quedaríamos sin cebolla para rellenar. Reservamos.

Ponemos agua en una olla. Echamos en el agua el azúcar, la sal y el laurel. Dejamos que se caliente hasta llegar al punto de ebullición. En ese momento, introducimos en el agua hirviendo las cebollas, las tapamos y las dejamos cocer durante 35 minutos a fuego fuerte.

Preparamos un bol grande con agua fría y hielo para cuando las cebollas terminen de cocer, momento en el cual habrá que introducir en el mismo para conseguir que pare la cocción y se enfríen para poder manipularlas.

Mientras las cebollas cuecen, vamos a ir preparando el relleno:

Lavamos, quitamos el corazón y picamos el tomate a dados muy pequeños. Reservamos en un bol.

Pelamos y picamos los ajos. Añadimos sobre el tomate reservado.

En el mismo bol y sobre la mezcla anterior, agregamos el jamón y el queso, igualmente cortados a daditos (el jamón, especialmente, debe estar muy fino picado. Podemos montar lonchas finas y cortarlas a dados o picarlo; el queso fundirá, así que si queda algo más grande no hay problema).

Picamos la nuez pelada e incorporamos también al bol. Añadimos orégano, sal, el pan rallado y el aceite de oliva virgen extra. Reservamos

Sacamos el corazón de la cebolla y dejamos solamente 1 ó 2 capas de las externas, que será lo que nos servirá para rellenar. Reservamos estas “fundas” de cebolla en agua fría.

Picamos el corazón de cebolla que hemos sacado y lo introducimos con el resto de ingredientes del relleno. Lo removemos bien, que quede todo mezclado y... empezamos a rellenar.

En este punto, encendemos el horno, que se vaya precalentando, a 180°C.

Introduciremos toda la cantidad de relleno que nos sea posible en el interior de las capas de la cebolla vaciada, apretando con los dedos. Saldrá líquido, que dejaremos escurrir (pensemos que la cebolla estaba en agua y que el tomate está formado por agua también). Y continuamos hasta tener repleta la cebolla. Incluso en ese punto, seguiremos hasta hacer montañita sobre la misma, a modo de “capuchón de relleno...”



Pasamos las cebollas a una bandeja de horno con papel vegetal y las introducimos en el horno a 180°C durante unos 15 minutos, con el grill puesto.

Consulta el artículo de “Hablamos de la buena mesa”: [Comida casera](#)

También te puede interesar:

Solomillo con salsa de castañas

Rollo de pechuga con salsa de nísperos

Pastel de merluza