

12.- REFRANES DE COMIDA Y COCINA.

Julián DELGADO CECILIA

E- 23001. JAÉN (España)

Lactarius 10: 119-121 (2001). **ISSN:** 1132-2365

- » Setas para comer, solo una mejor que diez.
- » No comas crudo, ni andes con el pie desnudo.
- » Bien guisa la moza; pero mejor la bolsa.
- » Me puse a guisar sin saber y eché la vianda a perder.
- » Especia cocida, especia perdida.
- » Ni plato recalentado, ni amigo reconciliado.
- » Lo que has de comer, no lo veas hacer.
- » Quien ve preparar su manjar, hártase antes de cenar.
- » Lo que has de comer, ponlo tú a cocer.
- » Más vale engullir que escupir.
- » Quién no tiene sal, ¿qué puede guisar?.
- » Por falta o sobra de unos granos de sal, el mejor guisado sabe mal.
- » Ni adobo sin ajo, ni campana sin badajo.
- » Ni de ortiga buena salsa, ni dos piernas en una calza.
- » Leña apretada, cocina ahumada.
- » Asado o crudo, en el fuego estuvo.
- » Cocho o cocido, en el fuego lo he tenido.
- » Crudo o asado, por el fuego ha pasado.
- » Cocho y asado no es mal guisado.
- » Lo rápido asado, o crudo o quemado.

- » Malo de pelar, bueno de asar.
- » Duro de cocer, duro de comer.
- » Lo frito, calentito.
- » Para que lo frito sepa bien, la mesa junto a la sartén.
- » Lo frito, saladito; lo cocido y lo asado, sólo sazonado.
- » Bien fríe mi nuera, con el pico de la aceitera.
- » La mejor cocinera es la aceitera.
- » El aceite callando, la manteca chirreando.
- » A todo le pega el tomate, pero no al chocolate.
- » Arroz pasado, arroz tirado.
- » Ni arroz pegado, ni guiso ahumado.
- » Paella bien guisada, que luego este reposada.
- » Carne mal lograda, cocida, después asada.
- » A pemil y más pemil, múdale la salsa y te sabrá a perdiz.
- » Carne, ¿por qué no te cociste? Porque no me revolviste.
- » No hay carne pasada, sino la perdiz cocida y la liebre asada.
- » La perdiz emperdigada de dos vueltas asada.
- » Perdiz escabechada, mejor que asada.
- » Al conejo, el salmorejo.
- » El conejo y la perdiz tienen un mismo perejil.
- » El pato y el lechón, del cuchillo al fogón.
- » Al zorzal, aceite, agua y sal.
- » Crece el huevo bien batido, como la mujer con buen marido.
- » Huevecito, ¿por qué no creciste?. Porque que no me batiste.
- » ¿Cómo queréis el huevo? Cocido en el puchero.
- » Al huevo, sal y fuego.
- » Huevo sin sal, ni bien ni mal.
- » Dos cosas sin sabor: tañer sin cantar y huevo sin sal.
- » Huevo sin sal, al diablo se lo puedes dar.
- » Quién se come un huevo sin sal, ¿qué no se comerá?.
- » Huevo sin sal, no hay peor manjar.
- » Huevo en la huevera, cierto que

la sal espera.

- » El huevo, cuanto más cocido, más endurecido.
- » Huevos y hombres mulos, mientras más cocidos, más duros.
- » Huevos y mujeres, mientras más cuecen, más se endurecen.
- » Anguila empanada, y lamprea escabechada.
- » Sardina arencada no quiere ser

asada.

- » Ni pollos sin tocino, ni sermón sin agustino.
- » El torrezno del pastor, una vuelta en el asador.
- » La longaniza, al olor de la ceniza.
- » Ni berza vuelta a calentar, ni separado vuelto a casar.
- » La mejor presa, no va a la mesa.