



FÓRUM  
GASTRONÓMICO  
es  
A Coruña  
Recetas

PABLO PIZARRO

ALMA GARCÍA

ADRIÁN FELÍPEZ

CHISCO JIMÉNEZ

CORUÑA COCIÑA

## RAPE EN CALDEIRADA

### Ingredientes:

Rape  
Guisante lágrima  
Patatas  
Pimentón dulce  
Laurel  
Cebolla  
Ajo  
Pimiento rojo  
Proteína de rape  
AOVE  
Sal

### Elaboración:

Infusionar el AOVE con ajo y laurel. Agregar el pimentón en caliente, dejar reposar y filtrar. Retirar la proteína de las cabezas de rape. Cocer la patata en rodajas gruesas con laurel. Hacer un “rustido” con cebolla, ajo y pimiento rojo. Cocer el rape al vacío, 12 minutos a 200°C.

Mezclar el “rustido” con las patatas y hacer una base. Napar esta base con la salsa de ajada, sobre la que colocaremos el rape. Terminar con una cucharada de guisante lágrima atemperada.

## RAPE EN SALSA

### Ingredientes:

Rape  
Albariño  
Pimentón dulce  
Pimentón picante  
Azafrán  
Ajo  
Laurel  
Cebolla  
Patata  
Sal  
Caldo de rape  
AOVE

### Elaboración:

Hacer un fondo con la patata rota, la cebolla, el laurel, el pimentón, azafrán y los ajos. Mojar con una mezcla 50-50 de caldo y vino, dejar cocer. Rectificar.  
Terminar en el horno con el rape.

## SOPA DE RAPE Y CARABINERO

### Ingredientes:

2 carabineros  
Lomo de rape  
Ajo  
Pan de bolla  
Aceite  
Pimentón dulce  
Tomates  
Fumet  
Yema de huevo

### Elaboración:

Filetear dos dientes de ajo y dorar a fuego mínimo en una olla, retirar. Dorar en ese aceite 2 rebanadas de pan de bolla, retirar. Añadir una cucharada pequeña de pimentón dulce, y acto seguido 2 tomates rallados, sofreír bien. Añadir los ajos dorados y el pan y echar el fumet que hemos hecho previamente con verduras y las espinas del rape. Cocer 30 minutos, triturar y colar. poner a punto de sal.

Por otro lado pelar el carabinero, reservar la cabeza y lañar ligeramente el rape. Picar la carne del carabinero y del rape y ligar con una yema de huevo.

Hacer una quenelle de tartar en el centro, verter con una jarra la sopa, y presentar aparte la cabeza del carabinero dorada que se exprimirá sobre la sopa.

## SALPICÓN DE RAPE

### Ingredientes:

Lomo de rape  
AOVE  
Pimentón dulce  
Patata  
Cebollino  
Cebolleta  
Vinagre de jerez  
Yema de huevo  
Berros

### Elaboración:

Untar el lomo de rape con AOVE y pimentón dulce, cocinar al vapor filmado y abatir. Cocer la patata con piel, enfriar, pelar y picar finamente. Añadir cebollino picado, aove, cebolleta picada, vinagre de jerez y yema de huevo.

Hacer una cama con la patata aliñada y presentar encima el rape escalopado, colocar encima los berros.