

20 Años
FÓRUM
GASTRONÓMICO
es
A Coruña

**DOSSIER DE
RECETAS**



FÓRUM
GASTRONÓMICO
es
A Coruña

Recetas

VÍCTOR FERNÁNDEZ

TABERNA MORRO FINO

VIEIRA, CREMA DE PUERROS Y MIGAS CRUJIENTES

PARA LA CREMA DE PUERROS

Ingredientes:

1 kg. de puerros
200 gr. de patata
600 cl. De agua
c/s de nuez moscada
c/s de pimienta
c/s de sal
50 gr. de mantequilla
50 cl. de aceite de oliva suave

Elaboración:

Pochamos el puerro picado en la mezcla de mantequilla y aceite de oliva, cortamos las patatas en cachelos y las añadimos, cubrimos con agua y dejamos cocinar a fuego lento hasta que esté cocinada la patata. Trituramos y ponemos a punto de sal, nuez moscada y pimienta, reservamos.

PARA EL SOFRITO

Ingredientes:

50 gr. de ajo
500 gr. de cebolla
200 gr. de pimiento rojo
200 gr. de pimiento verde
20 gr. de pasta de choricero
c/s de pimentón de la vera
1 cayena
Sal
80 gr. de panceta ibérica curada
70 gr. de aceite de oliva

Elaboración:

Hacemos un sofrito tradicional con las verduras muy picadas, dejamos sofreír unas 7 horas a fuego muy suave, terminamos con la pasta de choricero y la panceta ibérica.

PARA LAS MIGAS CRUJIENTES

Ingredientes:

500 gr. de panko
50 gr. de ajo
100 gr. de grasa de jamón
100 gr. de polvo de torreznos
c/s de sal

Elaboración:

Derretimos la grasa de jamón y sofreímos el ajo con piel, añadimos el panko y tostamos muy lentamente, terminamos con el polvo de torrezno y ponemos a punto de sal.

ACABADO Y PRESENTACIÓN**Ingredientes:**

1 vieira
30 gr. de crema de puerro
50 gr. de sofrito
5 gr. de migas tostadas
c/s cebolla china

Elaboración:

Marcamos la vieira dejando el interior nacarado. Sobre una concha de vieira disponemos una base con la crema de puerro, cortamos la vieira en 4 cuartos y sobre esta el sofrito, terminamos con las migas crujientes y la cebolla china.

MAGRET DE PATO, PERA EN VINAGRE Y PIMIENTA VERDE**PARA EL MAGRET DE PATO****Ingredientes:**

1 l. de agua
700 gr. de sal
Magret de pato

Elaboración:

Diluimos la sal en el agua y con una jeringuilla le inyectamos a cada magret 60ml, lo dejamos en la nevera con la piel boca abajo y sobre una rejilla durante 2 días para que se cure.

PARA LA PERA EN VINAGRE**Ingredientes:**

4 peras blanquillas
100 cl. de vinagre
30 gr. de azúcar
c/s de 5 especies chinas
c/s de nuez moscada

Elaboración:

Pelamos las peras, las cortamos en mitades y retiramos el corazón. Mezclamos el resto de ingredientes y hervimos durante 5 minutos, hasta que el vinagre pierda fuerza. Envasamos las peras con el vinagre y cocinamos a 80°C durante 10 minutos, enfriamos y reservamos.

PARA LA SALSA DE PIMIENTA VERDE

Ingredientes:

2 kg. de huesos de pato
100 gr. de cebolla
200 gr. de zanahoria
50 gr. de ajo
100 cl. de brandy
2 l. de agua
50 cl. de nata
50 gr. de grasa de pato
80 gr. de limón
c/s de gelespessa
5 gr. de tonkatsu
c/s de pimienta verde lyo
c/s de pimienta verde en conserva

Elaboración:

Picamos las verduras y cortamos el limón a cuartos, lo disponemos en una bandeja de horno con los huesos de pato y horneamos hasta que todo el conjunto esté bien dorado, añadimos brandy y dejamos evaporar, añadimos el agua y el tonkatsu. Pasamos todo en una olla y dejamos cocinar unas 2 horas a fuego suave, colamos, enfriamos y desgrasamos. Una vez desgrasado reducimos hasta conseguir la textura deseada, añadimos la nata, las pimientos y el gelespessa emulsionamos con la grasa de pato y reservamos.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Ingredientes:

200 gr. de magret
½ pera
60 gr. de salsa pimienta

Elaboración:

Marcamos el magret por el lado de la piel desde frío, hasta que se dore y 4 minutos de horno, lo cortamos a contra veta y lo disponemos en el plato.

Emplatamos la pera y salseamos el conjunto, terminamos con algunos pétalos y cebollino.



A Coruña Recetas

ADRIÁN FUENTES

ABISAL

GUISO DE MEJILLONES EN HOJA DE REPOLLO CON SALSA DE CALLOS

PARA LA SALSA

Ingredientes:

400 ml. de agua de bacalao
100 ml. de caldo de garbanzo
100 gr. de cebolla
1 chorizo
1 guindilla
Pimentón ahumado
Polvo grelo fermentado
Polvo repollo fermentado

Elaboración:

Rehogamos la cebolla con una guindilla y el chorizo, añadimos el pimentón ahumado y rápidamente el caldo de garbanzos, dejamos cocer, lo colamos y lo mezclamos con el caldo de bacalao.

PARA EL GUISO

Ingredientes:

1 kg. de mejillones
100 gr. de cebolla
10 gr. de cebollino
5 gr. de piparra
c/s de tabasco
c/s de allada
1 gr. de xantana
300 ml. de agua de mejillón

Elaboración:

Cocemos los mejillones, lo limpiamos y reservamos el agua.
Rehogamos la cebolla, añadimos el mejillón picado, la piparra y el caldo trabado con xantana.
Emulsionamos con la allada e introducimos el cebollino y unas gotas de tabasco.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Cortamos el repollo en discos de unos 15cm de diámetro y lo escaldamos. Rellenamos la oblea de repollo con el guiso de mejillón, lo marcamos con aceite fuerte por ambas caras, disponemos la salsa en el fono del plato, colocamos la oblea en el centro y espolvoreamos con el repollo y grelo fermentado.

GALLINETA CON CALDO DE ACEITUNAS, ESCABECHE CÍTRICO, EMULSIÓN DE CODIUM Y ZANAHORIAS

PARA LA GALLINETA

Ingredientes:

110 gr. de pescado limpio
Salmuera al 10%

Elaboración:

Introducimos el pescado en la salmuera durante 5 minutos, tras este período lo secamos bien y lo ponemos en la bandeja con aceite de oliva 0,4°.

PARA LA SALSA DE ACEITUNAS

Ingredientes:

300 gr. de caldo salazón
300 gr. de aceituna verde
Aceite de oliva 0,4°

Elaboración:

Trituramos las aceitunas con el caldo de salazón y emulsionamos con el aceite.

PARA EL ESCABECHE CÍTRICO

Ingredientes:

200 gr. de cebolla
40 gr. de ajo
1 hoja de laurel
1 hoja de limonero
Peladura de una naranja
500 ml. de aceite de oíva 0,4°
40 ml. de zumo de limón
40 ml. de zumo de naranja
Vinagre de jerez

Elaboración:

Rehogamos las verduras e introducimos los zumos y el vinagre, tras un par de minutos colamos y lo emulsionamos.

PARA LA EMULSIÓN DE CODIUM

Ingredientes:

500 gr. de Codium Sp
Aceite de codium
Clara de huevo
½ diente de ajo desgerminado
Gotas de zumo de limón

Elaboración:

Trituramos el codium con el ajo y lo emulsionamos y terminamos con una gotas de zumo de limón.

PARA LA ZANAHORIA DE LA FINCA DE LOS CUERVOS

Ingredientes:

Zanahorias limpias y peladas
Mantequilla noisette
Tomillo limón
Zum de naranja

Elaboración:

En una sartén fundimos la nuez de mantequilla, con una rama de tomillo limón, introducimos las zanahorias y desglasamos con el zumo de naranja.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Cocemos el pescado a 60°C durante 7 minutos. Ponemos un punto generoso de escabeche en el centro del plato, bordeamos el escabeche con la emulsión de codium y entre ellos se rellena con caldo de aceitunas. Situamos el pescado sobre el escabeche y lo pointamos con la salsa de soja y colocamos las zanahorias.

PANCETA DE CASTAÑA, VIEIRA DE CAMBADOS, CASTAÑA Y PEREJIL

Ingredientes:

Panceta de porco de castaña
Vieiras de Cambados
Raíz de perejil
Marrón glacé
Miel
Vinagre
Ajo
Romero
Salsa de soja
Raviño
Brotos de mostaza
Alcachofa
Grelos, naviza
Cebolla tierna

Elaboración:

Marinamos la panceta durante 24 horas con vinagre, miel, romero, ajo y soja. Transcurrido este tiempo escurrimos, secamos y envasamos. Cocinar en ronner durante 24h a 65°C, dejamos reposar 30 minutos y conservamos en frío. Reducimos la marinada hasta conseguir una textura para napar.
Limpiamos las vieiras en agua de mar durante 2 horas.
Escladamos los grelos.
Confitamos las cebollas y las cortamos en discos.
Hacemos una crema de marrón glacé con la raíz de perejil.
Laminamos los raviños y los conservamos en agua con hielo.
Hacemos unas chips de alcachofa.
Marcamos la panceta por el lado de la piel hasta que quede crujiente, terminamos en el horno.
Marcamos la vieira a fuego muy fuerte durante 6 segundo por lado.

Ponemos una base de crema de castaña i raíz de perejil. Disponemos el resto de ingredientes intercalados. Terminamos con chips, brotes y los raviños. Salseamos con la reducción de marinada.

FRESAS CON NATA Y CEBREIRO

Ingredientes:

Fresas
Nata
Cebreiro
Toffe salado
Avellanas garrapiñadas
Pimienta negra
AOVE
Maltosec
Vainilla
Alginato
Dextrosa
Clara de huevo
Gelatina en hojas

Elaboración:

Hacemos un sorbete de fresas natural.

Hacemos un toffe salado y texturizamos con gelatina.

Reducir nata fresca ligeramente azucarada con aroma de vainilla. Texturizamos un coulis de fresas natural con xantana.

Hacemos un polvo de AOVE con el maltosec.

Hacemos esferas de cebreiro de 1 cm de diámetro.

Sobre un plato llano hacemos una base de coulis, sobre esto vamos disponiendo los ingredientes jugando con las texturas y los colores.

MENESTRA DE CALDO GALEGO

PARA LA MENESTRA

Ingredientes:

500 gr. de IXP patata de Galicia
500 gr. de IXP castaña de Galicia
2 berzas medianas
300 gr. de nabo blanco
300 gr. de habas Lourenzá
300 gr. de tocino de Porco Celta
Sal

Elaboración:

Pelamos y torneamos las patatas. Las cortamos en rodajas de 1,5cm de grosor y cocemos en ronner al vacío durante 45 minutos a 95°C. Al finalizar abatir en agua con hielo.

Pelamos y limpiamos las castañas. Las cocemos al vacío a 100% en ronner durante 50 minutos a 95°C. Al finalizar abatir con agua y hielo.

Retiramos los tallos de las berzas y las limpiamos bien hoja por hoja. Una vez lavadas cortamos en Chiffonade las hojas. Escaldamos en agua hirviendo por 10 minutos, retiramos y enfriamos en agua con hielo para cortar la cocción.

Ponemos las habas en remojo en agua fría el día anterior. Escurrimos y embolsamos al vacío al 100% con un poco de agua mineral, sal y una hoja de laurel. Cocer en ronner a 95°C durante 4 horas. Al finalizar abatir en agua con hielo.

Pelamos y torneamos los nabos. Los cortamos en rodajas de 1,5cm de grosor. Cocemos en ronner al vacío durante 50 minutos a 95°C. Al finalizar abatir en agua con hielo.

Lavamos el tocino de porco celta y retiramos la piel. Ponemos en bolsas de vacío al 100% con un poco de agua mineral y sal. Cocemos en ronner a 79°C durante 12 horas.

PARA LA CREMA DE HABAS

Ingredientes:

300 gr. de habas de lourenzá
60 ml. de agua cocción
20 gr. de grasa de chorizo

Elaboración:

Ponemos las habas en remojo con agua fría el día anterior.

Escurrimos y las ponemos en un rondón con agua, sal, un poquito de unto y media hoja de laurel. Dejamos llevar a hervor y asustamos 3 veces con agua fría. Dejamos hervir a fuego bajo hasta que estén ligeramente pasadas de cocción.

Las escurrimos reservando agua de la cocción y mientras aún están calientes añadimos los 60 ml. de agua de cocción y los 20gr. de grasa de chorizo. Trituramos la mezcla en un robot de cocina durante 5 minutos a velocidad 10.

Colamos por un colador de malla, corregimos de sal si fuera necesario y reservamos.

PARA EL CALDO GALLEGO

Ingredientes:

5 litros de agua de cocción de salazón (lacón, cachucha...)
2 berzas medianas
2 kg. de IXP Patata de Galicia
1 kg. de IXP castaña de Galicia
50 gr. de unto
300 gr. de haba de Lourenzá
200 gr. de panceta salada

Elaboración:

Ponemos las habas en remojo el día anterior.

Llenamos una marmita con agua de cocer salazón, en dicha agua agregamos el unto, la panceta salada previamente desalada, la mitad de la patata "escachada" y llevamos a ebullición, una vez empiece a hervir pondremos a fuego ínfimo durante no menos de 30 minutos. Pasado este tiempo la patata ya estará suave, la machacamos ligeramente con la ayuda de un cacillo.

Añadimos las habas y dejamos hervir a fuego ínfimo por 50 minutos.

Añadimos la berza previamente lavada y cortada y las castañas y dejamos hervir por 30 minutos.

Finalmente añadimos el resto de la patata "escachada". Dejamos hervir a fuego ínfimo otros 20 minutos.

Retiramos del fuego y dejamos enfriar un día. En este tiempo el almidón de la patata irá desarrollando y aumentará significativamente la densidad y, con ella, la concentración de sabor.

El día posterior, con la ayuda de un cacillo iremos retirando líquido de nuestro caldo y colándolo por una estameña, queremos tener un "fondo de caldo gallego" lo más limpio posible y con todo el sabor.

PARA LA ESPUMA DE PATATA DE CALDO GALEGO

Ingredientes:

300 gr. de IXP patata Galega cocida
100 gr. de nata 35% MG
30 gr. de AOVE
10 gr. de sal
140 gr. de líquido de caldo gallego

Elaboración:

Hervimos las patatas en agua hasta que estén ligeramente pasadas de cocción.

Ecurrimos las patatas y, mientras estén calientes, las introducimos en un robot de cocina en el que añadimos el resto de ingredientes. Trituramos a velocidad 10 hasta que esté totalmente integrado.

Colamos por un colador de malla e introducimos en un sifón de espumas con ayuda de un embudo. Cerramos el sifón e introducimos 2 cargas. Agitamos enérgicamente y reservamos.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En un horno de convección seleccionamos función vapor 100% humedad, 79°C e introducimos una bandeja con las hortalizas elaboradas al vacío cubiertas con un film (3 trozos de patata, 3 trocitos de nabo, 5 castañas y 10 habas). Esto nos permitirá tener todo a temperatura de servicio respetando al máximo las condiciones organolépticas de los alimentos.

En un ronner a 65°C introducimos el sifón de patata de caldo gallego para tenerlo a temperatura de servicio.

En dos cazos disponemos el fondo de caldo gallego y la crema de habas respectivamente. Calentamos a fuego mínimo hasta que levanten.

En una sartén salteamos unos taquitos de tocino cocinado a baja temperatura, cuando estos empiecen a dorar incorporamos un buen puñado de berza escaldada y salteamos ligeramente.

En un plato hondo disponemos un poco de crema de haba con ayuda de un aro, sobre ella colocaremos el salteado de berza con tocino. Retiramos el aro. En los laterales de la elaboración colocaremos tres puntos de espuma de patata. Colocaremos las hortalizas restantes distribuidas en el plato.

Pasaremos el fondo de caldo gallego a una jarra cerámica con ayuda de un embudo.

TERRINA DE RABO DE BUEY GALLEGO AL RIBEIRA SACRA Y CACHELOS CON LEITE MAZADO

PARA EL RABO DE BUEY

Ingredientes:

5 kg. de rabo de buey Gallego
2 u. de cebolla
2 u. de puerro
2 u. de pimientos rojos
1 rama de perifollo
1 rama de perejil
c/s de pimienta rojo en grano
1 hoja de laurel
AOVE
Xantana y metilcelulosa
1 botella de Mencía D.O. Ribeira Sacra

Elaboración:

En un rondón doramos en AOVE los trozos de rabo y los vamos reservando.

Cortamos las hortalizas previamente lavadas y las doramos en el rondón donde habíamos dorado el rabo anteriormente. Reincorporamos al rondón con las verduras los trozos de rabo más finos y con menos carne y, si disponemos de ellos, unos tendones de vacuno bien desangrados.

Cubrimos con la botella de Mencía D.O. Ribeira Sacra joven y dejamos reducir hasta que quede $\frac{1}{4}$ parte.

Incorporamos un ramillete elaborado con las hierbas aromáticas y especias. Cubrimos con fondo oscuro de carne y dejamos hervir a fuego bajo 4 horas. Pasado este tiempo colamos por un colador de malla fino, el fondo resultante los dividiremos en dos partes.

Una parte del fondo lo seguiremos reduciendo hasta obtener una salsa con consistencia de caramelo y reservamos.

Los trozos de rabo de buey con más carne que teníamos reservados los introducimos en bolsas al vacío, le ponemos un chorrito de aceite, un poco de sal y cubrimos $\frac{1}{3}$ con el fondo que teníamos reservado. Cocinamos en horno a vapor 100% humedad a 79°C durante 18 horas.

Al final abrimos las bolsas, colamos por un colador de café el líquido resultante y lo juntamos con la salsa que ya teníamos elaborada. Añadimos 1 gr. de xantana por litro de salsa y trituramos, llevamos a hervor y reservamos.

Desmigamos los trozos de rabo retirando todo el cartílago, hueso y grasa quedándonos solo con la carne.

Pesamos la carne y añadimos 10 gr. de metilcelulosa por kg. de carne, amasamos bien. La mezcla la ponemos en un molde previamente forrado con papel film, damos forma, presionamos bien y colocamos peso encima haciendo presión. Introducimos en la cámara y dejamos así un mínimo de 12 horas.

Retiramos el peso, desmoldamos, retiramos el film y porcionamos en cubos de 180gr. Envolvemos individualmente y reservamos en cámara.

PARA LOS CACHELOS

Ingredientes:

1,5 kg. de IXP patata de Galicia
Sal

Elaboración:

Limpiamos bien la piel de las patatas con agua y un estropajo limpio. Cortamos en rodajas de 1,5cm y embolsamos al vacío. Cocemos al vapor a 95°C durante 40 minutos, al finalizar abatimos en agua con hielo y reservamos.

PARA LA BECHAMEL DE LEITE MAZADO

Ingredientes:

1 l. de leite mazado
30 gr. de mantequilla
10 gr. de AOVE
40 gr. de harina de trigo
1 gr. de xantana

Elaboración:

Colamos o leite mazado por un cedazo sin presionar.

En un cazo ponemos el AOVE y la mantequilla, calentamos hasta derretir la mantequilla, añadimos la harina e incorporamos hasta formar una roux. Añadimos poco a poco o leite mazado removiendo sin parar hasta obtener una salsa delicada, sedosa y con cierto cuerpo. Retiramos del fuego, medimos y añadimos 2 gr. de xantana por litro. Trituramos, llevamos a ebullición, colamos por un colador de malla y reservamos.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En un horno convección seleccionamos función vapor 100% humedad, 79°C e introducimos una bandeja con una porción de terrina de buey sobre un poco de papel de horno cubierto con film. Por debajo de 80°C y con una fuente de calor uniforme y no agresiva preservamos las proteínas del colágeno que confieren melosidad en la elaboración. Así mismo, según sube la temperatura las gelatinas que favorecen la unión de la pieza empiezan a hacerse fluidas pudiendo desmoronarse la terrina, para evitar esto hemos añadido la metilcelulosa, que gelifica a partir de 55°C favoreciendo la cohesión sin notarse al ser incolora e insípida.

En el mismo horno introducimos una bolsa de cachelos realizados al vacío.

En un cazo recuperamos nuestra crema de leite mazado.

En otro cazo recuperamos la salsa de Ribeira Sacra.

En un plato disponemos unas patatas y la terrina de buey gallego. Napamos las patatas con la crema de leite mazado y la terrina con un poco de salsa. Así presentamos un típico estofado al Ribera Sacra elaborado con productos autóctonos.



Recetas

ALÉN TARRIO

PAMPÍN

EMPANADA DE MAÍZ

PARA LA MASA

Ingredientes:

500 gr. de harina de maíz blanco
100 gr. de centeno
100 gr. de trigo
500 gr. de agua
200 gr. de masa madre
30 gr. de sal

Elaboración:

Mezclamos las harinas y vertemos el agua hirviendo y amasamos todo, dejamos fermentar alrededor de 1 hora tapada con un paño en una temperatura estable.

PARA EL RELLENO

Ingredientes:

8 kg. de cebolla
2 kg. de hinojo
200 gr. de aceite
2 kg. de xoubas

Elaboración:

Hacemos un sofrito con la cebolla, el hinojo y el aceite.
Las xoubas las limpiamos, des espinamos y las abrimos.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Cuando la masa este lista forramos la empanadera con la mano y aceite, rellenamos con la zaragallada y cubrimos con las xoubas, entre dos papeles de horno estiramos la parte de arriba de la empanada con la ayuda de aceite y un rodillo, quitamos el papel superior y volcamos sobre la base que ya tenemos en la empanadera, la pintamos con aceite de pimentón y marcamos con la ayuda de una puntilla los cuadrados de igual tamaño.

Ponemos en el horno a 200°C durante 35 minutos.

ROSBIF EN ESCABECHE

PARA LA CARNE

Ingredientes:

1 u. de redondo de ternera
300 gr. de mostaza americana
1 botella de vino blanco
½ l. de agua mineral
c/s de sal
c/s de pimienta blanca

Elaboración:

Embadurnamos el redondo con la sal, pimienta y mostaza, en el fondo de la bandeja ponemos el vino y el agua y metemos al horno hasta llegar a 35°C a corazón de producto.

Lo dejamos enfriar totalmente y reposar durante un día.

Cortamos como si fuera fiambre con la ayuda de una corta fiambres y reservamos en un tuper, en el momento del servicio escabechamos con escabeche de perdiz.

PARA EL ESCABECHE DE PERDIZ

Ingredientes:

6 u. de perdiz
1 l. de aceite suave
200 ml. de vinagre de jerez
100 ml. de agua
100 ml. de vino blanco
20 gr. de pimienta en grano
20 gr. de tomillo
150 gr. de cebolla en juliana
150 gr. de zanahoria en juliana
50 gr. de ajo entero

Elaboración:

Limpiamos bien las perdices de plumas y vísceras, salamos y marcamos en el aceite no muy fuerte, reservamos. En ese mismo aceite añadimos las verduras y las fondeamos unos 10 minutos aproximadamente, añadimos las perdices de nuevo y el resto de los ingredientes.

Las dejamos a fuego lento durante 1 hora, las dejamos enfriar en el mismo escabeche y dejar reposar 24 horas.



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.

MACAMBO, MOJOJOY, MAMBE, BOROJÓ Y SAL DE MANAURE

PARA LA CREMA DE QUESO

Ingredientes:

1 l. de leche vegetal de macambo
50 ml. de agua
1 cucharada de cloruro sodio

Elaboración:

En una reductora añadiremos la leche vegetal y el agua, cocinándola hasta que llegue a los 70°C, apagamos el fuego y esperamos que la temperatura baje a 60°C. Agregar el coagulante (cloruro de sodio) y removemos suavemente, tapamos y dejamos reposar de 1 a 3 días hasta que espese. Pasamos la leche a un lienzo para filtrar el exceso de humedad, dejar filtrar 1 o 2 días. Pasar a un recipiente y refrigerar.

PARA EL CRUMBLE DE MAMBE

Ingredientes:

120 gr. de mambe
60 gr. de harina de trigo
60 gr. de mantequilla
Sal de Manaure

Elaboración:

En un bol agregamos la harina, el mambe, la sal y mezclamos. Agregamos la mantequilla en trozos pequeños y mezclamos con las manos suavemente hasta que se incorpore toda la mantequilla o hasta tener una textura granulosa.

La extendemos sobre un silpad y la llevamos al horno por 15 minutos a 160°C, revolver con un tenedor constantemente para lograr una cocción pareja, sacar del horno y esperar que enfríe.

PARA LA MERMELADA DE BOROJÓ

Ingredientes:

Pulpa de borojó
Azúcar

Elaboración:

Mezclar la pulpa de borojó con el azúcar en una thermomix a velocidad 9 por 2 minutos, reserve.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Ingredientes:

15 gr. de crema de queso de macambo
15 gr. de mermelada de borjón
2 gr. de mojoyoy
5 gr. de crumble de mambe

Elaboración:

Ponemos la mermelada de base en el plato, sobre ella ponemos el queso de macambo, en forma de montículo, encima colocamos una línea de mojoyoy y finalmente añadimos el crumble de mambe a un lado.

PIQUILLO PARRILLERO RELLENO DE SU ESENCIA Y FALSO CARBÓN

PARA EL RELLENO DEL PIQUILLO

Ingredientes:

500 gr. de pimientos del piquillo
½ cabeza de ajos
200 cl. de aceite de girasol
Agua
Sal y azúcar

Elaboración:

Confitamos los pimientos en el aceite con el ajo dorado previamente durante 30 minutos aproximadamente. Los escurrimos y emulsionamos con agua y parte del aceite. Ponemos a punto de sal y azúcar y reservamos.

PARA EL FALSO CARBÓN

Ingredientes:

200 gr. de yuca
500 gr. de agua
30 gr. de tinta de chipirón

Elaboración:

Hervimos el agua con la tinta y añadimos las yucas cortadas en trozos. Dejamos cocer durante 20 minutos a fuego suave.

PARA LA TIERRA DE CHIPIRÓN

Ingredientes:

300 gr. de mantequilla
2 remolachas cocidas
2 cucharadas de tinta de chipirón
400 gr. de harina
400 gr. de almendra en polvo

Elaboración:

Trituramos todos los ingredientes en la thermomix, estiramos la masa en el papel de horno y horneamos durante 30 minutos a 170°C. Enfriamos y volvemos a triturar hasta que quede una "tierra" suelta.

PUTURRÚ DE FOIE

PARA EL TOFFÉE DE FOIE

Ingredientes:

200 gr. de azúcar
300 gr. de foie fresco
500 gr. de puré de castaña
Sal y pimienta

Elaboración:

Hacemos un caramelo oscuro con el azúcar al que añadiremos el foie y el puré de castaña. Lo cocemos todo durante 40 minutos, trituramos y ponemos a punto de sal y pimienta. Enfriar y reservar.

PARA EL PURÉ DE PATATA

Ingredientes:

1 kg. de patata agria
Foie fresco
Sal de vino tinto

Elaboración:

Limpiamos las patatas y las ponemos a cocer hasta que estén blandas. En caliente las pasamos por el pasapurés y hacemos pequeñas bolas con ayuda del papel film rellenándolas de foie fresco. Cerramos la esfera y la horneamos en la brasa. Justo antes de emplatar, rallamos foie fresco y sal de vino tinto.

PARA EL FOIE MICUIT

Ingredientes:

Foie micuit

Elaboración:

Cortamos en lonchas de 3mm y caramelizamos con azúcar y un soplete.



FÓRUM
GASTRONÓMICO
es
A Coruña

Recetas

JAVIER OLLEROS

CULLER DE PAU

CEBOLLAS TIERNAS DE VILANOVA CON ACEITE AROMATIZADO Y MELISA

PARA LAS CEBOLLAS

Ingredientes:

60 gr. de cebollas tiernas
Salmuera (150 gr. de sal x 1000 de agua)

Elaboración:

Pelamos las cebollas y las metemos en la salmuera durante 30 minutos. Dependiendo el calibre de las cebollas las dejaremos unos minutos más. Cocinamos a 100°C durante 40 minutos envasadas al vacío con aceite virgen. Enfriar y reservar.

PARA LAS LÁMINAS DE TOCINO AHUMADO

Ingredientes:

Tocino ahumado de Lalín (taco de 7x5cm)

Elaboración:

Cortamos el taco de tocino en finas láminas. Reservar en papel sulfurizado.

PARA EL ACEITE AROMATIZADO

Ingredientes:

2 ramas de canela
1 cucharada de enebro
1 cc de pimienta rosa
300 gr. de aceite de oliva suave

Elaboración:

Lo primero daremos un golpe de calor con la salamandra a las especias rotas para que suelten aromas y las introducimos en el aceite de oliva suave para aromatizarlo, debería estar en aceite mínimo una semana.

PARA EL CALDO BASE DE JUREL

Ingredientes:

500 gr. jurel
700 gr. de agua
1 u. de cebolla
1 u. de puerro
Guidilla
0,2gr. de xantana x 100 gr. de caldo

Elaboración:

Salamos el jurel limpio y muy fresco (20 min aprox), cortado en trozos regulares. Sofreír las verduras durante 15 minutos y añadir el jurel y a continuación el agua. Cocinar durante 25 minutos a fuego suave. Reposar, colar, filtrar y ligar en xantana.

PARA LA EMULSIÓN DE AJO NEGRO**Ingredientes:**

1 cabeza de ajo negro
70 gr. de caldo de verduras
Aceite de oliva suave

Elaboración:

Emulsionamos hasta conseguir una textura de crema suave.

PARA LA TEMPURA**Ingredientes:**

200 gr. de harina de arroz glutinoso
180 gr. de harina de trigo
20 gr. de trisol
35 gr. de azúcar
4 gr. de sal
4 gr. de bicarbonato
175 gr. de ginebra
375 gr. de agua

Elaboración:

Mezclamos con la ayuda de una varilla todos los ingredientes. Conservar en frío hasta su utilización.

ACABADO Y PRESENTACIÓN**Ingredientes:**

Cebolla frita
Patata chip
Hojas pequeñas de Melisa

Elaboración:

Retiramos las primeras capas de la cebolla y dejamos la parte mas tierna, pasamos la cebolla por tempura y freímos en aceite neutro a 170°C, cortamos por la mitad, en la base del plato ponemos el tocino, encima la cebolla frita y la patata. Al final la cebolla partida con el corte a vista, punto de ajo y hoja de melisa. Acabamos con el caldo de jurel y 4 gotas de aceite. Montamos el plato de forma ordenada.

PULPO “AROUSANA” CON EMULSIÓN DE AJADA**PARA EL PULPO****Ingredientes:**

Pulpo

Elaboración:

Separar las patas del pulpo y envasamos al vacío. Cocemos durante 50 minutos a 95°C.

PARA LA AJADA

Ingredientes:

1 l. de aceite de oliva suave
2 cabezas de ajo
1 u. de cebolla
1 hoja de laurel
100 gr. de pimentón dulce
50 gr. de sidra

Elaboración:

Calentar a 80°C durante 12 horas y luego subir a 120°C y añadir el pimentón. Dejamos reposar 2 horas.

PARA LA EMULSIÓN DE AJADA

Ingredientes:

200 gr. de agua de pulpo
200 gr. de ajada
2 gr. de xantana
Limón

Elaboración:

Emulsionamos todo junto hasta conseguir la textura deseada.

PARA LAS CEBOLLETAS TIERNAS

Ingredientes:

Cebolletas tiernas

Elaboración:

Salteamos las cebolletas, cortamos en cuatro trozos y las utilizamos para decorar.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Disponemos una base de emulsión de ajada en el centro del plato, encima colocamos el pulpo cortado en trozos iguales formando la forma de la pata, terminamos con las cebolletas colocada armónicamente por el plato.



A Coruña

Recetas

CRISTO HERNÁNDEZ

GYOTAKU

SÁNDWICH DE TORO

PARA EL CHUTNEY DE TOMATE CANARIO

Ingredientes:

1 u. de tomate canario
1 u. de pimienta palmera
1 diente de ajo
5 gr. de jengibre
5 gr. de Kizami wasabi
100 gr. de ventresca de atún
Canela
5 ml. de soja
1 u. anís estrellado

Elaboración:

Cocinamos la carne de tomate en brunoise con las especias a 70°C durante 15 minutos. Una vez cocinado cortamos la cocción con agua y hielo. Añadimos la ventresca de toro bien picada con el tomate, la soja y el kizami wasabi.

PARA EL SANDWICH

Ingredientes:

1 hoja de alga nori
100 gr. de panko
100 gr. de harina
1 u. de yema de huevo

Elaboración:

Empanamos con el panko, la harina y la yema de huevo el alga nori, la pasamos por una sartén para dorarla un poco y la deshidratamos 3 horas a 70°C.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Emplatamos poniendo el chutney y la ventresca entre dos capas de alga nori, terminamos con tres puntos de mayonesa kewpie por encima e ito-tougarashi.

NIGIRI DE SARDINA

PARA EL ARROZ

Ingredientes:

500 gr. de arroz Minori

200 ml. de vinagre de sushi (sushi-su)

Elaboración:

Usamos el arroz Minori, es un arroz japonés de grano redondo y glutinoso. Debemos lavar previamente el arroz para que suelte el almidón. Cocinamos el arroz en una vaporera durante 28 minutos. Una vez cocinado le añadiremos el vinagre en un "hangiri" y lo airemos hasta que esté templado.

PARA LA SARDINA

Ingredientes:

10 u. de sardinas

Sal

Elaboración:

Las sardinas tienen que ser de 6/8 cm de largo. A la hora de limpiarla quitamos la cabeza y sacamos los lomos, reservamos la espina central y la dejamos en sal junto con los dos lomos durante 30 minutos. Pasado este tiempo le quitamos la sal y las dejamos en agua con hielo durante 5 minutos. Tras este periodo, freímos las espinas y las deshidratamos a 70°C grados durante una hora. Por último la ahumamos durante 10 minutos en madera de haya.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Hacemos bolas pequeñas de unos 13gr. aproximadamente con las manos, colocamos la sardina ahumada encima y presionamos para que tenga más firmeza. Para terminar el nigiri ponemos un poco de mojo verde encima la sardina y el crujiente de espina para terminar.

NIGIRI DE ALFONSIÑO

PARA EL ARROZ

Ingredientes:

500 gr. de arroz Minori

200 ml. de vinagre de sushi (sushi-su)

Elaboración:

Usamos el arroz Minori, es un arroz japonés de grano redondo y glutinoso. Debemos lavar previamente el arroz para que suelte el almidón. Cocinamos el arroz en una vaporera durante 28 minutos. Una vez cocinado le añadiremos el vinagre en un "hangiri" y lo airemos hasta que esté templado.

PARA EL ALFONSIÑO

Ingredientes:

1 lomo de pescado alfonsiño

Dashi

Elaboración:

Obtenemos un lomo de pescado fresco y sin escamas. Escaldamos el lomo del pescado por la parte de la piel en el dashi, caldo japonés. Cortamos la cocción en agua y hielo. Tras este proceso, colocamos el lomo de pescado en una tabla por la parte de la piel boca abajo y hacemos un corte fino hasta cortarla.

ACABADO Y PRESENTACIÓN**Ingredientes:**

Hacemos bolas pequeñas de unos 13gr. aproximadamente con las manos, colocamos el corte de pescado encima, presionamos y acomodamos el nigiri. Por último terminamos este nigiri con un poco de mojo rojo hervido por encima y una chip de papa negra.

SOPA DE LAPAS

Ingredientes:

Cebolla
Puerro
Apio
Ajo
Pimiento rojo
Tomates de salsa
Cilantro
Clavo
Espinas y cabezas de pescado
Lechuga de mar
Lapas
Burgados
Cangrejos
Arroz
Papa bonita

Elaboración:

Hacemos un caldo con las verduras, las espinas y las cabezas, los burgados y los cangrejos. Una vez tenemos el caldo colamos y añadimos en el caldo colado el arroz y las papas, cuando esté cocido paramos el fuego y añadimos las lapas y la lechuga de mar, dejamos reposar.

CROQUETAS DE QUESO HERREÑO Y PIÑA

Ingredientes:

Queso ahumado Herreño
Piña tropical Herreña
Mantequilla
Harina
Leche entera
Huevos
Pan crujiente japonés para rebozar

Elaboración:

En una sartén ponemos mantequilla y cocemos la piña, reservamos.
En un cazo a parte ponemos más mantequilla y la harina, hacemos un roux, cuando se despegue de las paredes añadimos la leche poco a poco hasta tener una masa homogénea, añadimos el queso en trozos y la piña, removemos y dejamos enfriar. Hacemos las croquetas en la forma que más nos guste y rebozamos con el pan crujiente.
Freímos las croquetas.

RABIL SEMI CURADO CON MEZCLA DE ALGAS Y PIMIENTA PALMERA

PARA EL RABIL

Ingredientes:

1 kg. de lomo de rabil
3 kg. de sal gruesa

Elaboración:

Envolvemos el rabil en sal hasta cubrirlo bien, lo dejaremos curando en sal 1 día por Kg de pescado en el frigorífico. Una vez transcurrido este tiempo lo despojamos de sal con agua fría y lo envasamos al vacío con un chorrito de AOVE.

PARA LA MEZCLA DE ALGAS

Ingredientes:

Alga wakame deshidratada
Alga musgo de Irlanda deshidratada

Elaboración:

Ponemos a hidratar las algas por espacio de 5 minutos en agua fría, transcurrido este tiempo cocer en agua y dejar al dente. Las refrescamos en agua y hielo, las secamos y reservamos.

PARA LAS FALSAS MIGAS

Ingredientes:

Maltosec
Aceite de oliva virgen de Fuencaliente

Elaboración:

Elaboramos unas falsas migas con el maltosec y el aove, añadimos una pizca de sal fina al gusto.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Para el emplatado del plato cortamos unas lonchas finas de rabil a cuchillo preferiblemente y enrollándolas ligeramente, disponemos las algas y las migas encima del atún, espolvoreamos con la pimienta palmera en polvo.

CORVINA SALADA CON AGUACATE Y SAL RALLADA

PARA LA CORVINA

Ingredientes:

1 kg. de corvina limpia de piel y espinas en lomos
750 gr. de sal gruesa
250 gr. de azúcar blanco

Elaboración:

Mezclamos la sal con el azúcar y recubrir la corvina por todos sus lados, reservar en cámara durante 48 horas. Transcurrido este tiempo despojamos la sal, el azúcar y el líquido resultante lavamos bien el pescado y le inyectamos humo con un aladín por tres veces, una vez se evapore el humo envasamos al vacío y reservamos en cámara hasta que sea necesario.

PARA EL AGUACATE

Ingredientes:

1 kg. de aguacate maduro
El zumo de un limón
c/s de pimienta molida
½ manojo de cilantro
200 gr. de cebolla roja
Sal fina

Elaboración:

Sacar la pulpa del aguacate y escachamos con un tenedor, añadimos el zumo de limón, la pimienta blanca, la sal, la cebolla y el cilantro, lo picamos muy finamente y también lo añadimos, mezcla para que resulte todo muy homogéneo.

PARA LA SAL RALLADA

Ingredientes:

40 gr. de sal gruesa
400 gr. de agua
Agar agar

Elaboración:

Mezclar todos los ingredientes y llevar a ebullición por espacio de 4 minutos, reservar en frío hasta que gelifique para posteriormente rallarla.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Para el montaje del plato espolvoreamos con plancton marino, colocamos una quenelle de pasta de aguacate, la corvina picada en filetes muy finos y colocamos la sal rallada, una pizca de polvo de aceituna y aove de Fuencaliente.

LOMO DE VIEJA ASADO CON CALDO DE PUCHERO, BATATA DE JABLE A LA BRASA, SUS VEGETALES Y PURÉ DE ESCALDÓN

PARA LA VIEJA

Ingredientes:

180 gr. de lomo de vieja

Elaboración:

Limpiamos la vieja de tripas y escamas, des espinamos y cuadramos los lomos en la ración deseada. Marcar el lomo de vieja en sartén o plancha por la parte de a piel durante 1 minuto aproximadamente, terminar en horno a 10°C hasta que obtengamos unos 48°C en el interior del producto.

PARA EL CALDO DE PUCHERO

Ingredientes:

1,5 kg. de garbanzo de secano

½ gallina fresca

300 gr. de hueso de jamón

600 gr. de falda de vaca

500 gr. de pata de ternera

300 gr. de costilla de cerdo

3 l. de agua

200 gr. de piña de millo

150 gr. de habichuelas

300 gr. de col blanca

200 gr. de zanahoria

200 gr. de calabaza

200 gr. de calabacín

150 gr. de pera

50 gr. de ajo

c/s de comino

azafrán

sal

Elaboración:

Ponemos en un caldero con el agua al fuego y añadir las carnes bien limpias de grasa, dejamos cocer una media hora e incorporamos los garbanzos (previamente en remojo de la noche anterior) y la piña de millo, pasada una hora aproximadamente, añadimos las verduras por orden de dureza, una vez que los garbanzos estén tiernos junto con las verduras, añadimos un majado de ajo y azafrán, rectificamos de sal. Colamos parte del caldo y dejamos reducir hasta conseguir una salsa espesa y brillante.

PARA LA BATATA DE JABLE A LA BRASA

Ingredientes:

500 gr. de batata de jable
Aceite de oliva
Comino
Sal

Elaboración:

Pelamos la batata y hacemos rectángulos de 7cm por 3cm aproximadamente, reservamos.
Con el aceite de oliva infuisonamos el comino.
Envasamos la batata con el aceite de comino y cocemos al vapor a 100°C durante 25 minutos más o menos, sacar de la bolsa y marcar en jospser o parrilla, reservar.

PARA EL PURÉ DE ESCALDÓN

Ingredientes:

200 gr. de gofio de millo
800 gr. de caldo de puchero
c/s de sal de Janubio
25 gr. de vinagre macho

Elaboración:

Escaldamos el gofio en el caldo, añadimos la sal y el vinagre y mezclamos hasta conseguir una masa homogénea, un puré.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En un plato semi hondo añadimos el caldo reducido de puchero, sobre él colocaremos el lomo de vieja con la piel hacia arriba, justo al lado colocamos la batata sobre la que colocaremos diferentes vegetales en texturas de las conforman el puchero, junto con un trozo de puré de escaldón y terminamos con un mojo de cilantro y brotes de temporada.

MOLE DE ALCACHOFA CON ALCACHOFA REBOZADA YEMA Y TRUFA NEGRA

PARA LIMPIAR LA ALCACHOFA

Ingredientes:

1 kg de alcachofas
1 l. de agua mineral
3 gr. de ácido ascórbico

Elaboración:

Mezclamos en un recipiente el agua mineral con el ácido ascórbico. Pelamos las alcachofas con la ayuda de una puntilla, recortando el corazón en forma circular (procurando dejarlo lo más grande posible) cortar la parte superior de 3 cm. de largo. Vaciamos la parte del centro de la alcachofa con la ayuda de un pelador. Introducir las alcachofas limpias en una bolsa de vacío mediana y añadir 150 gr. del agua con ácido ascórbico y envasar a 100% de vacío. Cocinamos en el horno al vapor a 100°C durante 17 minutos hasta que estén cocidas al punto. Sacar del horno y enfriar en agua con hielo. Reservar alcachofa para freír.

PARA EL LICUADO DE ESPINACA

Ingredientes:

100 gr. de espinaca baby

Elaboración:

Blanquear las espinacas en agua hirviendo durante 15 segundos y sumergir en agua con hielo. Triturar la espinaca con la misma cantidad del agua de enfriado, colar y reservar en frío.

PARA EL CALDO DE POLLO BLANCO

Ingredientes:

2,5 kg. de carcasa de pollo
750 gr. de gallina
3,75 l. de agua
13 gr. de sal
25 gr. de cilantro
25 gr. de hierbabuena

Elaboración:

Poner a fuego fuerte una olla grande con el agua. Introducir las carcasas de pollo, la gallina y la sal. Una vez que este hirviendo bajamos el fuego al mínimo y dejamos durante 4 horas aproximadamente. Retirar continuamente las impurezas formadas en la superficie. Colar. Introducir el cilantro y a hierbabuena, dejar infundonar hasta que enfríe.

PARA EL MOLE DE ALCACHOFA

Ingredientes:

300 gr. de alcachofa limpia y cocida
300 gr. de caldo de pollo blanco
50 gr. de licuado de espinaca
50 gr. de aceite de oliva 0,4°
3 gr. de ajo
60 gr. de cebolla seca
120 gr. de tomatillo verde
15 gr. de poblano
8 gr. de cilantro
35 gr. de masa de maíz
70 gr. de agua

Elaboración:

En una olla calentar 25 gr. de aceite 0,4°, añadir el ajo, el cilantro, la cebolla en cubos, el poblano, el tomatillo cortado en cuatro y dejamos sofreír durante 20 minutos a fuego suave, una vez pasado este tiempo, añadir las alcachofas cocidas y volver a sofreír 5 minutos más, añadir el caldo de pollo y cocinar 5 minutos más. Triturar todo en thermomix y colar por el colador fino. Mezclar la masa de maíz con el agua hasta que la masa este totalmente diluida. En una olla calentar el resto de aceite y freír el mole, cocinar 5 minutos a fuego suave e ir añadiendo la masa diluida en agua hasta espesar. Rectificar de sal, colar y reservar. Fuera del fuego añadir el licuado de espinaca.

PARA EL REBOZADO

Ingredientes:

500 gr. de agua mineral
17 gr. de levadura fresca
60 gr. de trisol
300 gr. de harina floja
5 gr. de sal fina

Elaboración:

Juntar el agua con la levadura hasta que se disuelva. Juntar todos los ingredientes secos y añadirlos poco a poco y triturar con ayuda de un túrmix. Dejar reposar tapado con film a piel en un lugar caliente por una hora aproximadamente. Una vez que el rebozado este bien fermentado se quita el film y se guarda en nevera para enfriar. Una vez fría veremos que se separa el agua de la mezcla, retiramos esa agua con mucho cuidado. Mezclar con la ayuda de unas varillas y se guarda nuevamente en nevera. No puede coger calor una vez hecha.

PARA LA YEMA

Ingredientes:

10 u. de huevo de pollita
300 gr. de aceite de girasol

Elaboración:

Limpiar las yemas de huevo de pollita con mucho cuidado, separar toda la clara de las yemas, reservar en un tuper con aceite de girasol.

PARA EL POLVO DE CHILHUACLE ROJO

Ingredientes:

10 gr. de chile chilhuacle rojo seco
1 gr. de sal fina

Elaboración:

Juntar todos los ingredientes y triturar en el molinillo de forma que se obtenga un polvo fino. Disponer en un espolvoreado.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

20 gr. de trufa negra
300 gr. de harina floja

Pasar una alcachofa torneada por harina floja, quitar el exceso de harina y disponer una yema de pollita en la parte central de la alcachofa, espolvorear harina con ayuda de un tamiz pequeño arriba de la yema, quitar el exceso de harina y sumergir la alcachofa con la yema en el rebozado. Freír la alcachofa con el rebozado durante 55 segundos en aceite a temperatura de 190°C, sacar la alcachofa del aceite y secar con papel absorbente el exceso de aceite, espolvorear con el polvo de chile chihuacle rojo. Disponer en el centro del plato 40 gr. de mole de alcachofa y escudillar con una cuchara formando un círculo, colocar la alcachofa frita sobre el mole y con la ayuda de un microplane rallar trufa negra por encima.

NUBE DE TEQUILA Y POLVO DE HOJA SANTA**PARA LA NUBE****Ingredientes:**

150 gr. de claras
115 gr. de zumo de lima
80 gr. de almíbar base
70 gr. de tequila
2 gr. de sal
1 gr. de ralladura de limón
2,5 hojas de gelatina hidratada
3 u. de cargas de sifón

Elaboración:

Calentar a 35°C el almíbar base y diluir gelatina en él. Mezclar con los demás ingredientes en una varilla en un bol. Agregar la piel de lima y dejar infusionar 5 minutos y colar por un embudo. Colocar tres cargas. Reposar un mínimo de tres horas en agua y hielo antes de utilizarse, agitándose 10 segundos cada media hora.

PARA LA MALTODEXTRINA + SAL DE GUSANO**Ingredientes:**

25 gr. de maltodextrina
10 gr. de sal de gusano

Elaboración:

Triturar la sal de gusano en un molinillo. Mezclar con maltodextrina. Reservar en tuper con gel de sílice.

PARA EL POLVO DE HOJA SANTA**Ingredientes:**

5 hoja santa

Elaboración:

Cortar los tallos de las hojas. Escaldar en agua hirviendo diez segundos y sacar a un bol con agua y abundante hielo. Escurrir las hojas y colocar en el deshidratador a 40°C durante 24 horas. Triturar en molinillo. Reservar en tuper con gel de sílice.

PARA EL TWIST DE NARANJA

Ingredientes:

1 u. de naranja

Elaboración:

Sacar doce trozos de piel de la naranja con la ayuda de un pelador, sin la parte blanca. Reservar en un tuper entre papeles de cocina húmedos.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

10 hojas de naranjo separadas y limpias

Colocar un máximo de tres hojas de naranjo sobre un tronco intentando que estén lo más rectas posible. Agitar el sifón durante diez segundos y hacer una nube de 3,5cm dejándola caer sobre el tuper con la mezcla de malto con sal de gusano y empezar a mover de forma circular para empanar la nube y que quede de una forma redonda, sacar la mezcla con la ayuda de una cuchara de esféricos quitando el exceso de malto y sal de gusano.

Doblar un trozo de piel de naranja sobre la nube para extraer el aceite. Colocar con cuidado sobre la hoja de naranjo. Espolvorear polvo de hoja santa en la parte superior con ayuda de un colador fino.

GARIBALDI

PARA EL BORRACHO DE NARANJA

Ingredientes:

188 gr. de clara pasteurizada

350 gr. de zumo de naranja

88 gr. de ginebra

2,5 hojas de gelatina

38 gr. de yema pasteurizada

125 gr. de TPT

Ralladura de una naranja

Elaboración:

Calentar la yema junto con el TPT a 85°C. Añadir en caliente las hojas de gelatina previamente hidratadas y mezclar hasta que queden bien disueltas. Añadir el zumo de naranja, la ginebra y la ralladura de una naranja. Dejar infusionar con la ralladura durante 10 minutos sin colar. Verter todo en el sifón, cargar con 2 cargas y enfriar. Dejar reposar 2 horas en un baño con hielo. Probar la consistencia de la espuma, si no es la correcta añadir una carga más. Escudillar sobre los moldes del 60, previamente filmados por unos de los lados. Vibrar la espuma para que se asiente y meter al abatidor.

PARA LA CREMA DE TOFE

Ingredientes:

500 gr. de azúcar

1 l. de nata líquida

Elaboración:

Hacer un caramelo oscuro con el azúcar. Templar la nata para que no este fría. Una vez este el caramelo, ir añadiendo poco a poco la nata, hasta obtener un toffe. Dejar reposar durante una noche. Montar con la ayuda de una varilla, hasta obtener una textura ligera.

PARA EL AMARANTO SUFLADO

Ingredientes:

100 gr. de amaranto

Elaboración:

Calentar un cazo en la inducción a temperatura 7, una vez este caliente, poner el amaranto hasta cubrir el fondo del cazo, pero sin poner demasiado. Cuando comience a suflar el amaranto, tapar con otro cazo del mismo diámetro y empezar a mover para evitar que se quemé, cuando este todo completamente suflado, retirar y estirar sobre una bandeja. Dejar enfriar y guardar en un tuper con gel de sílice.

PARA LA REDUCCIÓN DE NARANJA

Ingredientes:

900 gr. de zumo de naranja

Elaboración:

Reducir los 900 gr. de zumo de naranja, hasta obtener 300gr.

PARA LA EMULSIÓN DE NÉCTAR DE NARANJA

Ingredientes:

150 gr. de reducción de naranja

30 gr. de aceite de girasol

20 gr. de aceite de oliva

10 gr. de base de xantana

Elaboración:

Emulsionar el néctar de naranja con la base de xantana, ir añadiendo poco a poco los dos aceites hasta conseguir una emulsión estable.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Hacer un pequeño agujero en la parte inferior del Garibaldi y rellenar el interior con la crema montada de caramelo. Voltar sobre el plato con el aro. Levantar ligeramente el aro y poner 2 cucharadas de amaranto suflado hasta cubrir toda la parte superior del Garibaldi, retirar el aro. Disponer en un lateral 25 cl. de néctar de naranja.



A Coruña Recetas

PEPE SOLLA

CASA SOLLA

OSTRA Y MANZANA

PARA LA MANZANA

Ingredientes:

2 u. manzana Granny Smith
50 gr. de mantequilla clarificada
50 gr. de vinagre de mango

Elaboración:

Pelar trocear la manzana en dados, rehogar en la mantequilla y remojar con el vinagre, dejar evaporar y reservar.

PARA LAS OSTRAS

Ingredientes:

5 u. de ostras gordas
0,3 gr. de xantana
4 gr. de sal ahumada
7 gr. de zumo de lima
Pimienta negra
230 gr. de aceite de girasol

Elaboración:

Precalentamos el horno a vapor a 85°C, abrir las ostras 10 minutos, recuperar el agua y la carne, pesar 10 gr. de agua de ostra y 90 gr. de carne de ostra, triturar con la sal, el zumo y un golpe de pimienta, añadir la xantana y montar con el aceite, como una mayonesa, colar y cargar en sifón, dejar reposar al menos 12 horas.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Sobre la propia concha de la ostra poner unos dados de manzana, cubrir con la espuma y terminar con las flores.



Recetas

VASCO COELHO

EUSKALDUNA STUDIO

CARBONARA DE NAVAJAS

Ingredientes:

16 u. de navajas
120 gr. de tocino ahumado
8 yemas de huevo
Sal
Pimienta

Elaboración:

Ponemos las navajas en una vaporera y las abrimos al vapor por tiempo de 1:30 minutos. Las abrimos a la longitudinal y retiramos los restos de arena.

En un baño maria, batimos las yemas con y un poco de pimienta hasta crear una crema.

Cortar el tocino en pedazos pequeños y freír. Colocar en papel absorbente para absorber las grasa excedentes.

Con la ayuda de un tenedor, enrollar las navajas previamente cortadas, pasar en la crema de huevo emulsionada y terminar con pequeños detalles de tocino frito.



A Coruña Recetas

BORJA MARRERO

TEXEDA

SOPA TIBIA DE QUESO DURO DE TEJEDA CON ROCA DE GOFIO Y TRUFA NEGRA

PARA LA SOPA DE QUESO

Ingredientes:

80 gr. de queso duro
2 c.s. de bienmesabe
100 ml. de nata de cabra y oveja

Elaboración:

Cortamos el queso a trozos y lo dejamos diluir con la nata de cabra y oveja, una vez diluido añadir bienmesabe y dejar infusionar unos 10 minutos, por último colar por un colador fino y reservar.
Para la roca de gofio

PARA LAS VERDURAS

Ingredientes:

5 gr. de tomate cherry
5 gr. de coliflor
5 gr. de calabacín

Elaboración:

Cortamos las verduras en dados uniformes y reservar.

PARA LA ROCA DE GOFIO

Ingredientes:

5 gr. de trufa negra
20 gr. de gofio
10 gr. de claras de huevo
10 gr. de yemas
Azúcar

Elaboración:

Metemos todos los ingredientes en un sifó, añadimos dos cargas de gas y dejar reposar en nevera, una vez reposado poner en un recipiente y meter en microondas 45 segundos.
Una vez tengamos el bizcocho, deshidratamos durante dos días a 60°C hasta que quede bien duro.

ROPA VIEJA DE CABRA CON YEMA DE HUEVO A BAJA TEMPERATURA AHUMADO CON PINOCHA DE TEJEDA

Ingredientes:

80 gr. de carne de cabra
95 gr. de garbanzo
10 gr. de huevo
25 gr. de cebolla
20 gr. de tomate
25 gr. de zanahoria
15 gr. de ajo
1 c.s. de pulpa de pimiento choricero
1 c.s. de concentrado de tomate
Tomillo
Romero
Sal
Pimienta

Elaboración:

Hacemos un fondo para la cocción de las verduras, las rehogamos. Por otro lado sellamos la carne y la añadimos a las verduras y añadimos el concentrado de tomate y la pulpa de pimiento, añadimos agua hasta cubrir y dejamos cocer durante unas tres horas a fuego medio/bajo.

Por otro lado cocemos los garbanzos y reservamos.

Por último deshuesamos la carne y la mezclamos con los garbanzos añadiéndole el caldo de la cocción y dejamos reducir.

Para el huevo a baja temperatura cocerlo a 64°C durante 45 minutos, retirar la yema.

ALBÓNDIGA DE CABRA CON VELO DE TUNERA

PARA LAS ALBÓNDIGAS

Ingredientes:

120 gr. de carne de cabra
2 c.s. de almendra Tejeda
1 c.c. de cebollino
20 gr. de cebolla caramelizada

Elaboración:

Picamos la carne de cabra y mezclamos con la cebolla caramelizada, cebollino y almendra. Boleamos, enharinamos sutilmente y freímos en aceite caliente durante 30 segundos.

PARA LAS PAPAS

Ingredientes:

30 gr. de papas
Grasa de cabra

Elaboración:

Torneamos las papas y las confitamos en grasa de cabra a 80°C durante 6 minutos.

PARA EL VELO DE TUNERA

Ingredientes:

50 gr. de tunera
5 gr. de agar agar

Elaboración:

Escaldamos la tunera e inmediatamente cortamos la cocción con agua y hielo, triturar bien y pasar por colador fino. Lo volvemos a poner al fuego y añadimos el agar agar hasta que empiece a hervir, extenderemos finamente en una bandeja y listo.

PARA EL JUGO DE CARNE DE CABRA

Ingredientes:

100 ml. de jugo de carne de cabra

Elaboración:

Reducimos el jugo de carne de cabra a textura demiglace, añadimos las albóndigas, las papas y le damos una cocción de 3 minutos.

LAMPREA A LOS 4 ESTILOS

PARA LA LAMPREA A LA BORDELESA

Ingredientes:

3 – 3,5 kg. de lamprea
2 u. de zanahorias
1 u. de cebolla morada
1 u. de puerro
1 diente de ajo
1,5 l. de vino tinto
Harina

Elaboración:

Troceamos la lamprea en porciones de 120gr., los extremos (cabeza, cola y las huevas) las reservamos para otras preparaciones. Extraemos toda la sangre de la lamprea y la dejamos en un recipiente. Los trozos anteriormente obtenidos, los salpimentamos, enharinamos y freímos en una cacerola, añadimos las huevas y la sangre y añadimos en trozos medianos las zanahorias, la parte blanca del puerro, la cebolla morada y el diente de ajo.

Añadimos el vino tinto, llevado todo a ebullición, para bajarlo a fuego medio durante 2,30 horas.

Extraemos los trozos de lamprea y texturizamos la salsa, colándola y añadiendo el resultado a la lamprea. Lo dejamos reposar 24 horas.

PARA LA LAMPREA EN ESCABECHE

Ingredientes:

Cabeza y cola de lamprea
Laurel
Aceite
Medio vaso de vinagre de vino blanco
1 u. de cebolla
1 u. de zanahoria

Elaboración:

De los trozos apartados en la elaboración anterior, la cabeza y la cola, fileteamos los que resulten de mejor corte, quitando la parte cartilaginosa. Lo introducimos en un cazo de aceite, que previamente hemos calentado a fuego suave, y en el que hemos introducido una cebolla en juliana, zanahoria en rodajas finas, 3 granos de pimienta y una hoja de laurel, calentamos sin llegar a hervir, y al final agregamos medio vaso de vinagre de vino blanco.

Dejamos enfriar y reposar, reservar en frío.

PARA LA LAMPREA FRITA

Elaboración:

Para esta parte del plato utilizaremos uno de los mejores trozos de la lamprea y filetearemos en rodajas de 1 cm. De grosor, para freírlas en el momento del pase y emplatado.

PARA LA MOUSSE DE LAMPREA

Ingredientes:

Salsa de lamprea a la bordelesa

Elaboración:

Apartamos un poco de la sala de la lamprea, la emulsionaremos con unas varillas y pondremos 1 hoja de gelatina y la dejaremos reposar 5 horas.

LIEBRE A LA ROYALE

PARA LA REMOLACHA

Ingredientes:

15-20gr. de remolacha por persona
Xantana

Elaboración:

Hervimos la remolacha con piel y entera durante una hora y media. La dejamos enfriar y la pelamos con la mano. La incorporamos ala thermomix usando 2 gr. de xantana por quilo de remolacha. Salpimentar con pimienta blanca.

PARA LA PERA

Ingredientes:

1 u. de pera para cada 10 personas.

Elaboración:

Pelamos y sacamos el corazón de la pera. Le pondremos en almíbar de 60 agua y 40 azúcar. Envasamos al vacío y cocemos a 65°C durante 15 minutos. Una vez cocida la cortaremos en laminas.

PARA LA LIEBRE

Ingredientes:

2 liebres
350 gr. de chalota
20 dientes de ajo
120 gr. de zanahoria
50 gr. de apio
100 gr. de puerro
280 gr. de cebolla
1 bouquet de hierbas (tomillo, laurel, canela, etc)
2 gr. de pimienta negra en grano
60 gr. de panceta grasa
350 gr. de fondo de caza
50 gr. de jugo de pollo y gallina asado
20 gr. de harina
4 huevos
20 gr. de pan seco remojado con leche
Crepinette
400 gr. de oporto joven
250 gr. de vino rancio
300 gr. de coñac
1 hígado de pato graso extra

Elaboración:

Empezamos quitando la piel a las liebres y limpiándolas. Reservamos el hígado, el corazón y los pulmones con la mitad del coñac juntamente con la sangre. Debemos tener mucho cuidado con la tripa ya que se tiene que procurar que no se reviente. Cortaremos la liebre a trozos, las paletillas, los muslos y las costillas: lo maceraremos con los vinos y verduras.

Deshuesaremos el lomo y lo reservaremos con aceite de girasol y especias. Después de 24 horas pondremos a escurrir la liebre.

Una vez escurrida la doraremos en una sartén con aceite de oliva con el jugo que hemos obtenido (vinos) y verduras procurando dorar pero sin que se queme el aceite, previamente sal pimentado. En la misma sartén salteamos las verduras con el bouquet de hierbas; rápidamente pondremos la harina y la coceremos un poquito, seguidamente pondremos el oporto, el coñac y el vino rancio, dejaremos reducir un poco y ya podremos añadir el jugo de caza y el jugo de asar. Lo pondremos en el horno a 180°C durante unas dos horas procurando que no se pase de cocción. Iremos sacando la liebre a medida que este cocida y la deshuesamos.

A parte pondremos a cocer la mitad de las chalotas con la mitad de los ajos y a continuación la panceta grasa cortada a dados pequeños. Una vez cocida añadiremos el corazón, los pulmones y el hígado cortado pequeño, lo saltearemos a fuego vivo y añadiremos la sangre con el coñac dos minutos y lo mezclaremos con la liebre deshuesada, el filete crudo y el pan previamente remojado con leche y huevos. A continuación lo pasaremos por la máquina de picar carne con la cortadora más grande y añadiremos un poco del jugo de cocción. Obtendremos una masa de liebre melosa y sabrosa. Finalmente montaremos la terrina con la crepinette con el hígado desvenado y limpio, pondremos la carne picada dentro e intercalaremos el hígado graso y los lomos de habremos salteado ligeramente.

Una vez montada la terrina la pondremos a cocer al baño maria en el horno a convección-vapor hasta que llegue el centro de la terrina a 45°C. Repelaremos el resto de los huesos y junto con las verduras haremos la salsa de la liebre. La salsa la acabaremos con reducción de un buen vino tinto y un poco de chocolate.



FÓRUM
GASTRONÓMICO
es
A Coruña

Recetas

JULIO SOTOMAYOR

DANIEL GÚZMAN

NOVA

VIEIRA CURADA, NAGE DE RABANITOS Y AROMÁTICAS

PARA EL NAGE

Ingredientes:

Ajetes
Cebolleta de Cambados
Sal
Pimienta negra
Tomillo
Bo choy
Brotos de apio
Hinojo
Apio bola
Mini puerro
Verde de perejil y puerro
Vino blanco
Agua
Rabanitos
Germinados

Elaboración:

En un rondón añadimos una base de aceite suave y vamos añadiendo los ingredientes del nage uno a uno a fuego lento, hasta llegar al final, que le daremos más potencia al fuego para que se vaya caramelizando la verdura, a medio pochado añadimos un vaso de vino blanco que reducirá por completo. Por último desglasamos dos veces para potenciar el gusto. Añadimos el agua, levantamos hervor, tapamos con film y dejamos infusionar, envasamos.

PARA LA VIEIRA CURADA

Ingredientes:

1 u. de vieira
Sal
Azúcar
Pimentón dulce
Spelet

Elaboración:

Para la vieira, que se servirá atemperada por el consomé, la introduciremos en una parte de sal. Media de azúcar y un cuarto de pimentón dulce durante 2 horas. Pasado el tiempo la lavamos, secamos y mantenemos a temperatura ambiente. Sólo la aderezamos finalmente con una pizca de pimienta de spelet.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Levantamos el nage necesario para las raciones, la idea es que esté a nado que es la traducción literal de nage.

A la infusión de verduras añadiremos una gota de aceite de oliva virgen extra, y un 10% de nata de montar montada para darle untuosidad.

Colocamos en el centro del plato la vieira.

Emulsionamos el nage con una túmix para conseguir que quede aireada, repartimos rabanitos (que irán crudos), acabamos con el nage, spelet y un germinado para darle frescura.

COGOLLO ESCABECHADO Y CACHUCHA PRENSADA

PARA LA CACHUCHA

Ingredientes:

Puerro

Cebolla

Zanahoria

Pimienta negra

Elaboración:

Ponemos la cachucha entera y abierta en salazón por un espacio de tiempo de 5 o 6 días. Transcurrido este tiempo se orea durante 15 días en un lugar seco y bien ventilado. Se ahúma 5 días con madera de roble sin corteza.

Para el desalado se pone en un recipiente con agua abundante durante unas 60 horas cambiando el agua cada 8 horas.

Se cuece con puerro, cebolla, zanahoria y unos granos de pimienta entre 2 y 2,5 horas.

Se deshuesa aún en caliente y se corta en tacos. Se introduce en el molde previamente forrado y se lleva al frío. Se desmolda cuando hayan transcurrido un mínimo de 24 horas.

PARA EL PURÉ DE BONIATO

Ingredientes:

Boniato morado

Sal

Pimienta

Elaboración:

Lavamos los boniatos bajo el agua con un cepillo de nailon, dado que los asaremos con piel. Asamos al horno mixto 180°C con 30% de humedad. Cuando todavía estén templados los pelamos con ayuda de una puntilla.

PARA EL ESCABECHE

Ingredientes:

Vinagre de manzana

Vino blanco

Agua

Pimienta negra

Ajetes

Mini zanahoria

Cebolla de cambados

Clavo

Pimentón

Aceite de oliva virgen

Elaboración:

Llevamos al fuego las hortalizas en paisana, las especias y el ajo con piel. Rehogamos y añadimos el pimentón. Cuando repose 48 horas, majamos pero sin triturar y reservamos el resultante.

PARA ENCURTIR LOS COGOLLOS**Ingredientes:**

Cogollos
Escabeche

Elaboración:

Limpiamos los cogollos de sus hojas exteriores hasta quedarnos con un corazón tierno y prieto. Introducimos los cogollos en bolsas al vacío y regamos con nuestro escabeche. Sellamos. La clave está en el tiempo de osmotizado, si nos quedamos cortos quedará insípido, pero si nos pasamos resultará demasiado cocido.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Desmoldamos la cachucha y la cortamos en corta fiambres, necesitaremos láminas finas. Abrimos una bolsa de cogollos y los partimos en cuartos. Introducimos el puré templado en una manga. Ponemos un botón generoso de puré en el plato, albardamos el cogollo con la cachucha de modo que nos resulte un rollo, que colocaremos encima del puré. La idea es comerlo con la mano untando el rollo con el puré.

PASTEL DE TUÉTANO, PERRETXIKOS Y CRUJIENTE DE PATAT "RAS AL HANOUT"

PARA EL PASTEL DE TUÉTANO

Ingredientes:

400 gr. de tuétano
1 l. de caldo de ave
2 u. de cebollas
400 gr. de kuzu

Elaboración:

Pochar las dos cebollas en una olla sin que coja color. Cuando estén transparentes añadir el caldo y llevarlo a hervir. Una vez empiece a hervir le añadiremos el tuétano (se necesitan unos 3,5kg de huesos), apagamos el fuego y dejamos infusionar 10 minutos.

Trituramos con la thermomix, colar y enfriar en abatidor.

Cuando esté bien frío coger 400 gr. de la crema y mezclarlo bien con el kuzu (se necesita 100 gr. de kuzu por cada 500 gr. de crema). Luego añadirlo al resto de la mezcla y llevar a hervir.

Cuando hierva verás que ha cogido bastante cuerpo (si se corta, darle una pasada con la túrmix), ahora debemos verterlo en un molde que tendremos frío previamente. Meter en el abatidor unos 20 minutos.

PARA LA GUARNICIÓN

Ingredientes:

Crujiente de patata "Ras al Hanout"
Demi-glace
Reducción de ave
Brotos
Setas (perretxiko, marzuelo, etc.)

SOPA DE TXANGURRO CON YEMA DE HUEVO EN SALMUERA

PARA EL CALDO DE VERDURAS

Ingredientes:

35 gr. de brandy
25 gr. de soja vaina
20 gr. de soja manzana
20 gr. de lima Rives
16 gr. de salsa dragón
18 gr. de resource
628 gr. caldo de verduras

Elaboración:

Elaborar un caldo con los ingredientes.

PARA EL TXANGURRO

Ingredientes:

5 u. de txangurro

Elaboración:

Cocer el txangurro en el horno a vapor durante 25 minutos. Sacar y poner en agua con hielo. Cuando esté frío abrir las cabezas y sacarle la carne.

Preparar un caldo de verduras a partir del "caldo claro de verduras" y añadiendo los ingredientes indicados en la receta. Texturizar y mantener caliente.

Mezclamos 60 gr. de txangurro con el caldo.

PARA LA TAPIOCA

Ingredientes:

250 gr. de bolas de tapioca
7 gr. de curry royal
2 l. de agua

Elaboración:

Cocer en abundante agua tres veces, enfriar en agua, escurrir y conservar en una bolsa de vacío con los 2 de agua y el curry.

PARA LAS ESCAMAS

Ingredientes:

3 gr. de escamas de pescado por persona

Elaboración:

Lavar y escurrir las escamas y poner estiradas en la secadora. Cuando estén secas freír y escurrir en una bandeja con papel. Añadir sal y reservar.

PARA LA YEMA EN SALMUERA

Ingredientes:

1 u. de yema de huevo de oca

Elaboración:

Separar la yema de la clara y poner en un bol con salmuera líquida (10% de sal y 5% de azúcar)

QUESO MARINO

Ingredientes:

2 l. de requesón
1 l. de nata
3 cabezas de ajo
5 cucharadas soperas de tinta de chipirón
100 gr. de vino blanco
1,3 l. de agua
50 gr. de alga kombu
40 gr. de katsoubushi
100 gr. de soja 100%
Piel de pollo
6 l. de agua
3 kg. de champiñón
Sal
20 gr. de espesante de tapioca
3 u. de citronela
5 gr. de pimienta rosa
5 u. de cebolletas
2 u. de puerro
15 gr. de iota
15 gr. de kappa

Elaboración:

Poner 2 litros de nata al fuego a reducir hasta 1,2 litros para hacer el requesón, filmar a piel y guardar en cámara. Para el dashi poner el agua, el vino blanco, la soja, la alga kombu y el katsoubushi al fuego hasta que rompa a hervir, pasar a un cubo y filmar a piel, dejar infusionar 24 horas. Limpiar las pieles de pollo de restos de carne que puedan tener y envasarlas, para congelar o meter en cámara.

Para el caldo de champiñones, lavar los champiñones y cortar en cuartos y ponerlos con agua a reducir a la mitad de líquido.

Para la base de verdura del ajo negro poner a cocerla citronela en aros, la pimienta rosa, la cebolleta y el puerro.

Para hacer la panacotta de ajo negro, en una cazuela ancha metemos 1,2 litros de requesón, 1,5 litros de dashi pasado por estameña, 1,5 litros de nata, 3 cabezas de ajo negro pelado, la base de verduras y pimienta rosa, la tinta de chipirón, sal y el colorante negro y trituramos todo, rectificamos de sabor y color.

Retiramos parte de la panacotta (300 gr) a una cazuela pequeña y le agregamos 15 gr. de iota y 15 gr. de kappa y lo disolvemos bien en frío.

Ponemos las 2 cazuelas al fuego para que se calienten. Mover sin parar la cazuela pequeña que es la que tiene los gelificantes. Pasará de líquido a sólido y otra vez a líquido, en ese momento lo pasamos a la cazuela grande y lo volvemos a triturar.

Volcamos la panacotta a 2 bandejas pasándolo por un colador y filmando las bandejas a piel.

Freímos las pieles de pollo en la plancha hasta que queden crujientes y sin grasa.

APIO AHUMADO “CARBORANA”

Ingredientes:

7 u. de apio
5 gr. de panceta
1 yema de huevo por porción
Vinagre de frutas
Pimienta negra

Elaboración:

Con 6 apios hacer un jugo, poner el jugo en un cazo a 80°C y dejar reducir 1/10 parte de la cantidad inicial o cuando se note una mayor densidad e intensidad e sabor.

Con el apio restante, pelar y cortarlo en una mandolina en cintas de aproximadamente 1,5cm de ancho por unos 50cm de largo. Ponerlos, preferiblemente en una parrilla y dejarlos ahumar y secar totalmente.

Cortar la panceta en rectángulos pequeños del mismo tamaño.

Reducir el vinagre de frutas hasta obtener una consistencia de glaseado.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En una sartén ponemos la panceta hasta que esté bien crujiente, sazonar con la pimienta negra. Agregar las cintas de apio seco y el jugo de apio reducido, dejar que las cintas se rehidraten y cocinen hasta que el jugo se reduzca aún más.

Retirar la sartén del fuego y agregar la yema de huevo y trabajar como si fuese una carbonara. Pintar con un pincel la parte superior con el glaseado de vinagre.

RAPE CURADO EN MISO DE ALUBIAS BLANCAS, RAÍZ DE OCA Y SAL

Ingredientes:

Rape
Miso de alubias blancas
Papa Oca (Oxalis tuberosa)
Aceite de pino
Vinagre de sisho
Aceite de oliva
Ralladura de limón

Elaboración:

Limpiar y filetear el rape, con el miso de alubias cubrir los trozos de rape y dejar curar durante 2 semanas. Limpiar las papas oca y cocerlas en una sartén recubiertas de sal gruesa hasta que se puedan pinchar con facilidad con un palillo. Sacar de la sal, limpiar y pelar. Al mismo tiempo, preparar una mezcla líquida de vinagre Sisho, aceite de pino y marinar las papas oca durante 15 minutos.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Cortar las papas oca por la mitad, el rape cortarlo como si fuera sashimi, cubrir la oca con el rape y terminar con sal y ralladura de limón.

PICHÓN DE STEENVOORDE**Ingredientes:**

Heno
Pichón
Mantequilla

Elaboración:

Lavar el heno, una vez limpio asarlo a 190°C durante 19 minutos. Dejar secar los pichones con las tripas durante aproximadamente 2 semanas, pasado este tiempo limpiar bien el interior de tripas y rellenar los pichones con el heno asado y colocarlas en un recipiente totalmente cubiertas con más heno asado. Cada dos semanas verificar la humedad y reemplazar el heno por uno de nuevo. Después de 6 semanas limpiar bien los pichones y retirar el heno del interior. Por otro lado, fundir la mantequilla con heno asado.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Templar los pichones durante 2 horas aproximadamente. Pintar los pichones con la mantequilla y asarlos enteros, preferiblemente en un horno de leña durante aproximadamente 3 minutos. Dejar reposar durante 15 minutos y cortar los pichones.



A Coruña Recetas

PAULO AIRAUDO

AMELIA

REMOLACHA Y SARDINA

PARA LA REMOLACHA A LA SAL

Ingredientes:

200 gr. de sal gorda
500 gr. de harina común
300 gr. de agua
2 u. de remolacha grande pelada

Elaboración:

Hacemos una masa con la sal, la harina y el agua. Estiramos y envolvemos la remolacha pelada. Horneamos a 180°C hasta que la temperatura interior alcance los 90°C. Dejar enfriar.

PARA LA REMOLACHA SEMI-DESHIDRATADA

Ingredientes:

15 gr. de agua
45 gr. de vinagre de vino tinto
60 gr. de aceite de oliva
3 gr. de sal
2 gr. de tomillo
1 hoja de laurel
2 gr. de pimienta en grano
600 gr. de remolacha (sin puntas)

Elaboración:

Mezclamos el agua, vinagre, aceite de oliva y sal, mezclamos bien. Colocamos el tomillo, el laurel y la pimienta en grano en una estopilla. Ponemos la remolacha en una bolsa al vacío con el resto de ingredientes y sellar. Cocemos hasta que las remolachas estén tiernas. Enfriar en un baño con hielo. Pre calentamos el horno a 95°C.

Quitar las pieles de la remolacha, partir a mano las remolachas en trozos de 2,5cm. Colocamos las remolachas en una gastro con papel de hornear.

Deshidratamos alrededor de 3h y media, hasta que estén chiclosas y parezcan arrugadas, pero aun conserven algo de humedad. Dejamos enfriar a temperatura ambiente.

PARA EL PURÉ DE REMOLACHA

Ingredientes:

345 gr. de remolacha pelada y cortada finamente
2 gr. de sal
5 gr. de vinagre de vino tinto
Pimienta blanca al gusto

Elaboración:

Pelamos y partimos la remolacha muy fina. Colocamos en una bolsa al vacío y sellar. Colocamos en un cazo con agua y ponemos algo encima para que quede totalmente cubierto. Cocer hasta que estén blandas. Trituramos y añadimos la pimienta y el vinagre. Ajustar la sazón.

PARA LOS ENCURTIDOS DE REMOLACHA**Ingredientes:**

75 gr. de láminas de remolacha baby
53 gr. de vinagre de cabernet sauvignon
195 gr. de agua
4 gr. de azúcar
5 gr. de sal
1 gr. de pimienta blanca en grano
1 gr. de semillas de cilantro
1 cabeza de ajo
1 gr. de tomillo
¼ de hoja de laurel

Elaboración:

Pelamos la remolacha y laminar finamente en mandolina. Mezclamos todos los ingredientes en una sartén excepto la remolacha. Colocar en el fuego y llevar a ebullición. Añadimos las láminas en el líquido. Retirar del fuego y cubrir con film. Dejar enfriar.

PARA LA TEJA DE REMOLACHA**Ingredientes:**

120 gr. de remolacha cocida
20 gr. de azúcar
20 gr. de isomalt
5 gr. de glucosa

Elaboración:

Mezclamos todo en la Thermomix a una temperatura de 50°C y trituramos hasta que esté todo integrada. Colocamos en la forma deseada y cocer por 15-20 minutos a 120°C. Cuando este caliente colocar en forma de hoja.

PARA LA SALSA DE CRÈME FRAICHE**Ingredientes:**

400 gr. de crème fraiche
100 gr. de leche
Aceite de Oliva
Sal

Elaboración:

Mezclamos todos los ingredientes.

PARA EL ADEREZO DE REMOLACHA**Ingredientes:**

94 gr. de aceite de oliva
50 gr. de jugo de remolacha
5 gr. de vinagre cabernet sauvignon blanco
3 gr. de sal
1 gr. de pimienta

Elaboración:

Colocamos el jugo en un recipiente y añadimos la sal y la pimienta. Añadir entonces el vinagre, agregar el aceite y batir hasta emulsionar.

PARA LA SARDINA**Ingredientes:**

2 lomos de sardina

Elaboración:

Limpiamos las sardina y separamos los lomos. Cortamos los lomos por la mitad y cocemos ligeramente.

CAVIAR, RON, AGUACATE**PARA EL HELADO DE RON****Ingredientes:**

453 gr. de leche
183 gr. de nata
31 gr. de leche desnatada en polvo
100 gr. glucosa atomizada 21 DE
140 gr. de azúcar
8 gr. stab 2000
65 gr. ron Zacapa 23 años

Elaboración:

Mezclamos la nata y la leche, añadir poco a poco la caseína y la glucosa con el túrmix, calentar a 40°C en un cazo y agregar azúcar y el stab 2000. Llevar a 85°C. Batimos de nuevo con túrmix, enfriar a 4°C y dejar reposar 21 horas. Añadimos el ron frío (de frigorífico) y pasamos por mantecadora.

PARA EL PURÉ DE AGUACATE**Ingredientes:**

170 gr. de aguacate
8 gr. de zumo de limón
150 gr. de leche
Sal

Elaboración:

Pelamos y quitamos el hueso del aguacate, trocear el aguacate y colocar en un bol con el zumo de limón, mezclamos.

Poner en una batidora, agregar la leche y batir hasta que esté mezclado. Pobar y agregar limón y sal al gusto.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Hacemos una quenelle con el helado de ron y la colocamos en el centro del plato, al lado colocamos el puré de aguacate con una manga pastelera con boquilla rizada, finalmente ponemos el caviar en medio del helado y el puré.



FÓRUM
GASTRONÓMICO
es
A Coruña
Recetas

ALBERTO LAREO

MANSO

DANIEL LÓPEZ

O CAMIÑO DE INGLÉS

SOPA DE HINOJO Y HUEVAS DE TRUCHA

Elaboración:

Para la sopa

Partiendo de un sofrito de ajo y cebolla, trocear los hinojos, dejar dorar y cubrir con un caldo suave de verduras, dejar cocer, triturar, emulsionar y reservar una parte en sifón para servir en dos texturas.

Para la base de espirulina

Realizar un fumet suave y espirulina en polvo un gel, texturizo con goma xantana.

Para el emplatado

Disponer en la base de un plato hondo, el gel de espirulina, las huevas de trucha, servir la sopa y terminar con una capa de espuma de la misma.

ALCACHOFAS, PANCETA Y TRUFA

Elaboración:

Para las alcachofas

Pelar y envasar al vacío las alcachofas con un punto de sal, aceite de oliva, caldo de verduras y vitamina C. Cocinar en baño maría a 70°C durante 3 horas. Refrescar y reservar.

Para la panceta ibérica

Freír la panceta ibérica y reservar.

Para las yemas

Separar las yemas de las claras, utilizaremos solo la yema, pasar por colador y meter en biberón, reservar en frío.

Para la crema de almendras

Realizar una emulsión con almendra y ajo negro, en thermomix triturar la almendra, añadir 4 dientes de ajo negro por cada 250 gr. de almendra, emulsionar con un chorro de aceite de girasol, poner a punto de sal y pimienta.

Acabado y presentación

Trocear las alcachofas en mitades, poner a punto de sal y pimienta, pasar por la brasa, sobre la base del plato disponer una nuez de crema de almendra y ajo negro, sobre esta las alcachofas, un buen chorro de yema, panceta frita y trufa rallada.

AGUACATE, YOGUR Y LIMÓN

Elaboración:

Para la crema dulce de aguacate

Pulpa de aguacate en su punto, azúcar al gusto, zumo de limón, una pizca de vitamina C y agua mineral. Realizar una crema con los ingredientes, en este caso las cantidades van al gusto, de dulce y cítrico.

Para el yogur

Yogur natural, azúcar, colas de gelatina y nata.

Calentar sin hervir la nata con el azúcar, añadir la gelatina, el yogur, trabajar con ayuda de unas varillas y dejar enfriar en nevera.

Para la limonada de tapioca

Cocer la tapioca en abundante agua, realizar una limonada con azúcar, agua y zumo de lima, una vez la tapioca esté cocida, sumergir en una buena cantidad de limonada.

Acabado y presentación

Disponer duna base de yogur, sobre esta la crema de aguacate, una quenelle de helado de limón, bañar todo con la limonada de tapioca. Terminar con ralladura de lima y hojas de eneldo fresco.

SOLAMENTE SALMONETE (tartar + paté de su hígado)

Elaboración:

Por un lado limpiamos el salmonete separándolo en lomos, los cuales marinaremos en una salmuera y reservaremos el hígado para hacer el paté.

Con la ayuda de un soplete, fundiremos la grasa existente entre la piel y la carne del salmonete, para después picar el lomo y utilizar esa grasa como elemento que amalgame un tartar picado al momento.

ZORZA DE ALBACORA, PATATITAS, PIMIENTITOS Y YEMA

Elaboración:

Marinamos la albacora en una mezcla de sal y azúcar moreno por 3 horas. Para el emplatado cortamos en dados y mezclamos con la salsa (una ajada mezclada con sésamo, soja, chiles...) Freímos cachelos (patata cocida con piel) cortados en dados y pimientos do Couto, emplatando todo sobre una yema de huevo.

LOMO DE TERNERA AO CALDEIRO

Elaboración:

Hervimos agua, echamos la pieza de lomo con el fuego apagado y el recipiente tapado solo 8 minutos. Si la pieza se ha madurado y marinado de la manera correcta, rociándole un buen chorro de aceite de pimentón hay suficiente.



FÓRUM
GASTRONÓMICO
es
A Coruña
Recetas

JUANLU FERNÁNDEZ

LÚ COCINA Y ALMA

HOLANDESA DE TINTA

Ingredientes:

3 yemas
15 ml. de vinagre de manzana
300 gr. de mantequilla clarificada
35 gr. de tinta de calamar

Elaboración:

Atemperar la tinta con el vinagre. Emulsionar las yemas con la mantequilla clarificada y terminar con el vinagre de tinta.

POTAGE IBÉRICO

PARA EL CALDO BASE

Ingredientes:

1,5 kg. de patatas
1,5 kg. de hueso de jamón

Elaboración:

Cubrir con agua, dejar reducir a la mitad, colar y reservar el caldo por una parte y las patatas por otra. Triturar $\frac{1}{4}$ de las patatas con el caldo.

PARA LA SOPA

Ingredientes:

250 gr. de caldo base
50 gr. de nata
40 gr. de mantequilla

Elaboración:

Calentar el caldo base, cuando hierva retirar del fuego, añadir la nata y se liga con la mantequilla.

SALSA NANTUA

PARA LA SALSA AMERICANA

Ingredientes:

750 gr. de cabeza de gamba
750 gr. de galera
2 cabezas de ajo
300 ml. de brandy
2 l. de fumet

Elaboración:

En una sartén poner los ajos, las cabezas de gamba y las galeras, saltear y añadir el brandy, dejar evaporar el alcohol y machacar las cabezas y las galeras para que suelten todo el jugo, añadir el fumet. Cocer unos minutos y colar por fino.

PARA LA BECHAMEL

Ingredientes:

40 gr. de mantequilla
20 gr. de manteca colorá
20 gr. de creme fraiche
10 gr. de harina
120 gr. de leche

Elaboración:

Hacemos una bechamel y le añadimos 100 gr. de salsa americana para aligerar.

GRAND VENEUR

Ingredientes:

4 carcasas de pato
100 gr. de cebolla
1 cabeza de ajo
600 gr. de vino tinto
50 gr. de hígados de pichón tamizado
Pimienta en grano

Elaboración:

Marcar las carcasas con grasa de pato, incorporar la cebolla y el ajo hasta dorar, añadir el vino y reducir a seco. Agregar agua hasta cubrir y reducir a demi glace, colar.
Ligar poco a poco los hígados tamizados con la salsa base. Poner a punto de sal .

