

L'Exquisit

RECETAS FÁCILES DE COCINA



Todas las recetas del 2024

Este es el 13 recopilatorio de recetas,
pertenecen a las publicadas durante el año
2024 en el blog L'Exquisit.

Espero que las disfrutéis

Sonia

Abreviaturas:

c/s = cucharada sopera

c/c = cucharita de café

Símbolos:

Receta sin gluten



Receta sin lactosa



Receta vegetariana



Se debe tener en cuenta que, por ejemplo, en aquellas recetas donde se puede sustituir/eliminar la lactosa, el símbolo está incluido aunque en los ingredientes salga, por ejemplo, leche. Al igual con las recetas vegetarianas y con problemas de gluten. En la receta se indican las alternativas.

Acompañamientos y básicos



ACOMPañAMIENTOS Y BÁSICOS

Azúcar de vainilla

Estofado de setas y boniatos

Mahonesa de huevo duro

Masa de empanadillas casera

Patatas fondant

Patatas rellenas con bacon y champiñones

Preparar panko casero

Puré de boniato con queso y pangrattato



Azúcar de
vainilla

Azúcar de vainilla

Ingredientes:

Azúcar

1 vaina de vainilla

Preparación:

En un pote con tapa hermética poner el azúcar junto con la vaina de vainilla (puede ser abierta, si habéis utilizado las semillas para otra receta). Dejar reposar a temperatura ambiente unos días, después de los cuales el azúcar estará impregnado del aroma de la vainilla.

A medida que el azúcar se va consumiendo, se añade más y si la vaina quedara muy seca, se sustituye por una nueva o por una abierta que hayáis utilizado las semillas, ya que el aroma lo dejará igual. Podéis poner más de una vaina en el azúcar, quedará más aromático.





Estofado de setas y boniatos

Ingredientes (4 personas):

3 c/s aceite
25 g mantequilla
200 g cebollas rojas, picadas
4 dientes de ajos, prensados
400 g setas variadas, troceadas
400 g champiñones, cortados por la mitad
1/2 c/c cayena seca
1 c/s hojas de tomillo
800 g boniatos
2 c/s harina (o harina de arroz)
500 ml caldo de verduras

15 g perejil, picado
1 c/c ralladura de limón

1 c/s zumo de limón

Preparación:

Calentar el aceite y la mantequilla en una cazuela y sofreír las cebollas durante 5 minutos a fuego medio, removiendo. Incorporar los ajos, la cayena, las setas variadas, los champiñones, el tomillo y el boniato. Remover y cocinar 3 minutos. Salpimentar y espolvorear la harina por encima.

Verter el caldo, tapar la cazuela y hornear 30 minutos a 180 grados. Destapar entonces la cazuela y hornear 30 minutos más.

Mezclar en un cuenco el perejil con la ralladura de limón (gremolata).

Retirar la cazuela del horno, mezclar con el zumo de limón y la gremolata.





Mahonesa de huevo duro

Ingredientes:

3 huevos M hervidos
1 c/s zumo de limón
40 g aceite de girasol
60 g agua
Sal

Preparación:

Triturar todos los ingredientes con el brazo de la batidora hasta obtener una mezcla homogénea.





la autori...
entre la...
gram...

ANNA VAYES
parcelon

Y el rey de los cocin...
arreme, el cocin...

Los

que se

rigenes

del folklor...

del B...

os

¿Quién invierte...
las patatas fr...

Gastronomka 2006

do e...

de

s de Guaya

edes 2006

oraci

Masa de empanadillas casera {con y sin gluten}

Ingredientes para 35 empanadillas con gluten (horno o fritas en aceite):

375 grs. harina

30 grs. manteca de cerdo (casera, receta en el blog) o 40 ml. de aceite de oliva

150 ml. agua templada

1/2 cucharadita de sal

Ingredientes para 33 empanadillas sin gluten (horno):

75 g harina de garbanzo

125 g almidón de maíz

25 g almidón de patata

5 g goma xantana

5 g azúcar

4 g sal

100 g agua templada

45 g aceite de oliva

Amasar todos los ingredientes hasta obtener una masa homogénea (a mano, con vaso triturador o con amasadora). Formar una bola, envolver con film transparente y dejar reposar en la nevera una hora. También podéis dejarla toda la noche, entonces antes de empezar a estirla, sacarla de la nevera con antelación (una hora debería ser suficiente).

Estirar la masa hasta obtener un rectángulo de 80×60 cm. Si no disponéis de tanto espacio, prepararlas en dos veces (no es necesario guardar la masa en la nevera). Se puede estirar también la masa con la máquina de estirar pasta (mi máquina tiene 6 agujeros, yo la estiro hasta el 4).

Cortar los círculos con un aro de emplatar de 12 cm. Ya tenéis lista la masa para rellenarla cómo queráis (una cucharada sopera es suficiente). Cerrar las empanadillas con la ayuda de un tenedor.





Masa de empanadillas casera {con y sin gluten}

Pintar las empanadillas con un huevo batido y hornearlas a 180 grados durante 25 minutos, hasta que queden doradas (segunda foto). O, si lo preferís, las freís (solo la opción con gluten, sin pintar con huevo) a 180 grados durante 5 minutos (primera foto).

Sugerencias: se pueden congelar una vez formadas, guardarlas y hornearlas sin descongelar (tal vez necesitéis un par de minutos más). También quedan bien en el airfryer.





Patatas fondant

Ingredientes (3 personas):

600 g patatas, tamaño mediano, lavadas (con piel o sin)

15 g aceite de oliva

75 g mantequilla

4 dientes de ajos, enteros, sin pelar

2 ramas de romero

150 g caldo de verduras

Sal y pimienta

Preparación:

Desechar los extremos de las patatas y cortar rodajas de 4 cm. de grosor.

Calentar el aceite en una sartén y dorar las patatas por un lado durante 5-7 minutos. Girar y dorar 2 minutos por el otro lado. Incorporar la mantequilla, calentar 2 minutos y agregar el ajo y el romero. Salpimentar.

Verter el caldo, tapar y cocinar 20-25 minutos, hasta que las patatas estén tiernas (probar con un palillo). Reservar las patatas, pelar los ajos y triturarlos con el romero y la salsa de la sartén. Colar y servir encima de las patatas.





Patatas rellenas con bacon y champiñones

Ingredientes (2 personas):

2 patatas grandes (250 g c/u)

4 lonchas de bacon

50 g champiñones, fileteados

50 g queso Cheddar, rallado

Preparación:

Cocinar las patatas en el microondas a máxima potencia durante 8 minutos. Retirlas, hacerles un corte por la parte superior, sin llegar a la base y apretar un poco a los lados, para que salga la patata cocida. Se pueden hornear a 180 grados durante 1 hora.

Mientras, dorar el bacon en una sartén, trocearlo y agregar los champiñones, cocinar 5-8 minutos. Rellenar las patatas y cubrir con el queso rallado. Si habéis utilizado el horno, dorar 8 minutos hasta que se funda el queso. Si no, podéis hacerlo en el airfryer.





Preparar panko casero

Yo preparo el pan casero con o sin gluten hecho en casa (ver recetas en el blog), pero podéis utilizar perfectamente un pan de molde comprado. Cortaremos la corteza (que triturada os puede servir como pan rallado para utilizar en otras preparaciones) y trituraremos la miga con pulsaciones cortas. Yo utilizo 2-3 rebanadas cada vez para que tenga espacio.

Disponer el pan en una bandeja apta para horno y hornear a 70 grados durante 30 minutos. La miga no debe quedar dorada. A los 30 minutos, comprobar si el pan está seco, si no fuera así, continuar el horneado unos minutos más. Dejar enfriar totalmente encima de una rejilla.

El panko se puede guardar en un recipiente cerrado en el congelador.





Puré de boniato con queso y pangrattato

Ingredientes (4 personas):

750 g boniatos, pelados y cortados en dados

750 g chirivía, pelada y cortada en dados

30 g mantequilla

60 g nata ácida (o crème fraîche)

125 g queso Gruyère, rallado

2 huevos M

Sal y pimienta negra

Ingredientes para el pangrattato:

2 c/s mantequilla

1 c/s aceite

1 diente de ajo, prensado

60 g panko (con o sin gluten, ver receta en el blog)

1 c/c ralladura de limón

Sal y pimienta

1 c/s hojas de tomillo, picadas

Preparación:

Hervir los boniatos y la chirivía en una olla con agua salada durante 15 minutos. Escurrir y devolver a la olla. Agregar la mantequilla, la nata ácida y el Gruyère. Salpimentar al gusto y aplastar hasta tener un puré homogéneo. Añadir los huevos batidos, uno a uno, mezclando bien con la espátula.

Repartir la mezcla en una bandeja de horno.

Mezclar los ingredientes del pangrattato, excepto el tomillo, en un cuenco y cubrir el puré. Hornear a 180 grados durante 10 minutos, hasta que esté dorado. Repartir las hojas de tomillo por encima y servir inmediatamente.



Aperitivos



APERITIVOS

Albóndigas con olivas y salsa de naranja
Bocaditos de boniato y nueces
Boniato con aguacate y bacon
Boniatos con atún, cebolla roja y mozzarella
Camembert al horno con peras y romero
Cestos de patata con huevo
Crema de aguacate con crujiente de patatas y gambas
Crema de queso y pimientos
Crêpes con bacon, queso y cebolletas
Croquetas de patata y kalamata
Crujiente de arroz con crema de atún y cebolletas
Empanadillas con pisto
Ensalada de gambitas con salsa tártara
Galette con crema de queso y tomatitos
Hojaldre con pesto, jamón, tomates y mozzarella
Hojaldre con salmón y salsa de guisantes
Hojaldre relleno con brie y salsa de naranja
Hummus de guisantes
Mantequilla de tomates
Masa de empanadillas casera
Pepino marinado
Portobello caprese
Portobello relleno con calabaza, bacon y queso de cabra
Portobello relleno de bacon y cheddar
Tapenade de olivas
Tarta tatin de cebollas, bacon y tomatitos
Terrina fría de zanahorias y guisantes



Albóndigas con olivas y salsa de naranja

Ingredientes (35 unid.):

800 g carne picada mixta (cerdo y ternera)
2 c/s pan rallado (receta con y sin gluten en el blog)
1 cebolla (150 g), triturada
50 g olivas negras, sin hueso, trituradas
1 huevo S
2 c/c mostaza de Dijon
1 c/c sal
1 c/c pimienta negra molida
1 c/c albahaca seca
4 c/s aceite
1 c/s azúcar de caña
250 g zumo de naranja
75 g salsa de soja

Preparación:

Mezclar la carne con el pan rallado, la cebolla, las olivas, el huevo, la mostaza, la sal, la pimienta y la albahaca. Formar 35 bolas iguales.

Calentar el aceite en una sartén y dorar las albóndigas durante 8 minutos (o hornear a 160 grados durante 15 minutos). Reservar.

En la misma sartén, caramelizar el aceite y verter seguidamente el zumo de naranja y la salsa de soja. Hervir, bajar el fuego, devolver las albóndigas a la sartén, remover y cocinar 8 minutos, removiendo. Si queréis una salsa más espesa, mezclar 1 c/c de maizena con un poco de agua fría y agregar a la sartén los últimos dos minutos.





Bocaditos de boniato y nueces

Ingredientes (16 unid paso a paso en el blog):

1 plancha de hojaldre (recetas con y sin gluten en el blog)

650 g boniatos, lavados, con piel

2 cebollas rojas, picadas

2 c/s aceite

2 dientes de ajo, prensados

1 c/c mezcla 5 especias (o 2 c/s harissa)

1 c/s puré de tomate

80 g nueces (pecanas), picadas groseramente

2 c/s hojas de cilantro, picadas

1 huevo S, para el acabado (o leche o leche vegetal)

Sésamo negro, para el acabado

Sal y pimienta

Preparación:

Cocinar el boniato, pinchado varias veces con el tenedor, en el microondas a máxima potencia durante 8-10 minutos, hasta que esté tierno. O en el horno a 180 grados (200 si no es de aire) durante una hora.

Retirar, cortar por la mitad, y sacar la pulpa con la ayuda de una cuchara. Dejar enfriar ligeramente.

Sofreír la cebolla y una pizca de sal en una sartén con el aceite a fuego bajo durante 10 minutos, hasta que esté caramelizada. Añadir los ajos, las especias y el puré de tomate. Remover y cocinar 2 minutos más. Aplastar con el aplastapatatas o un tenedor y agregar el cilantro y las nueces. Disponer sobre film transparente y formar dos rollos de 30 cm. Este paso se puede hacer el día anterior.

Cortar la plancha de hojaldre por la mitad a lo largo, disponer el rollo de relleno encima, cerrar y pinzar para que quede bien sellado. Pintar con el huevo, cortar cada rollo en 8 porciones y decorar con el sésamo. Hornear a 180 grados durante 30 minutos, hasta que estén dorados. Dejar templar o enfriar encima de una rejilla.





Boniato con aguacate y bacon

Ingredientes (4 personas):

400 g boniatos, pelados y cortados en rodajas de 1/2 cm
3 lonchas de bacon
1 aguacate
1 guindilla, picada
3 tomates Cherry, picados
1 c/s zumo de lima
1 c/s hojas de perejil, picadas
Sal y pimienta

Preparación:

Hervir el boniato en una olla con agua y sal durante 8 minutos (en este punto, estarán hechos, pero no se romperán). Escurrir sobre papel de cocina.

Mientras, dorar el bacon en una sartén sin aceite. Retirar y cortar en trocitos.

Aplastar el aguacate y mezclar con la guindilla y el zumo de lima. Salpimentar al gusto.

Repartir el boniato en platos y cubrir con la mezcla de aguacate, el bacon y el perejil.





Boniatos con atún, cebolla roja y mozzarella

Ingredientes (4 personas):

700 g boniatos

1 c/s aceite

1 diente de ajo, prensado

16 tomates Cherry, cortados por la mitad

1 c/c orégano seco

Sal y pimienta

160 g atún en aceite, escurrido

1 cebolla roja (100 g), cortada fina

250 g mozzarella, rallada

Preparación:

Lavar y pinchar los boniatos y cocinarlos en el microondas durante 8 minutos (o en el horno a 200 grados durante 20 minutos, entonces aceitarlos).

Mientras, calentar el aceite en una sartén y sofreír el ajo durante 1 minuto, incorporar los tomates y el orégano y cocinar a fuego bajo durante 5 minutos. Salpimentar al gusto.

Pelar los boniatos y cortarlos en rodajas de 1 cm. Repartirlos en un plato y cubrir con la salsa de tomate, el atún, la cebolla y la mozzarella. Hornear 10-15 minutos, hasta que la mozzarella se derrita. Servir inmediatamente.

Sugerencias: en el airfryer en lugar del horno también salen ricos





Camembert al horno con peras y romero

Ingredientes (4 personas):

- 1 c/s mantequilla
- 1 chalota, cortada fina
- 1 c/s jarabe de arce
- 1 c/c hojas de romero picadas
- 1 pera, lavada, sin pelar, sin semillas, cortada a rodajas
- 1 Camembert/Brie entero (300 g)
- 2 c/s bastones de almendras
- Sal y pimienta

Preparación:

Calentar la mantequilla en una sartén y sofreír la chalota durante 3 minutos, hasta que empiece a coger color. Agregar el jarabe de arce y el romero, remover bien e incorporar las peras, remover suavemente y cocinar 4 minutos. Salpimentar y reservar.

Disponer el camembert en una cazuelita para horno, cubrir con la mezcla de pera y hornear a 180 grados durante 10 minutos. Retirar del horno, dejar reposar 10 minutos más y servir inmediatamente.

Sugerencias: para hacerlo en cazuelitas individuales, cortar el camembert en 4 porciones, introducirlos en las cazuelitas y cubrir con la mezcla de chalota y pera





Cestos de patata con huevo

Ingredientes (8 unid):

500 g patatas, peladas
30 g mantequilla, derretida
45 g cebollino picado
1 diente de ajo, prensado
1 c/c cebolla en polvo
1/2 c/c pimentón dulce
8 huevos S
Sal y pimienta

Preparación:

Rallar las patatas y retirar el exceso de agua poniéndolas sobre un trapo y apretando.

Mezclar las patatas en un cuenco con la mantequilla, 1/3 parte del cebollino, el ajo, la cebolla en polvo y el pimentón dulce. Salpimentar al gusto. Repartir la mezcla en un molde de aluminio de magdalenas (5 cm), llenando las 3/4 partes y apretando el fondo y las paredes para formar el cesto (podemos ayudarnos de una taza de café para apretar).

Hornear los cestos a 180 grados durante 25-30 minutos, hasta que estén dorados. Retirarlos, cascar un huevo dentro de los cestos y hornear 10 minutos más, hasta que la clara cuaje. Retirar el molde del horno, dejar reposar 2 minutos y desmoldarlos con cuidado (introduciendo un cuchillo en un lateral es fácil). Servir inmediatamente.

Intolerantes a la lactosa: sustituir la mantequilla por margarina





Crema de aguacate con crujiente de patatas y gambas

Ingredientes (4 personas):

2 aguacate

4 c/s mahonesa

1 c/s zumo de limón

200 g patatas, peladas y cortadas en daditos de 1/2 cm.

Aceite para freír

2 c/s crème fraîche

Sal y pimienta negra molida

12 gambas peladas

4 c/s aceite (para las gambas)

1 c/c eneldo picado

1 c/c ralladura de limón

Preparación:

Triturar los aguacates con la mahonesa y el zumo de limón hasta obtener una crema homogénea. Disponer en una manga pastelera y reservar en la nevera.

Freír los daditos de patatas en la freidora o sartén hasta que estén dorados y crujientes. Reservar.

Batir con un tenedor la crème fraîche y salpimentar al gusto. Reservar en la nevera.

Cocinar las gambas en una sartén con el aceite hasta que cambien de color. Salpimentar.

Repartir la crema de aguacate en 4 copas, cubrir con las patatas fritas y decorar con la crème fraîche, las gambas, el eneldo y la ralladura.

Sugerencias: hay que montarlo justo antes de servir





Crema de queso y pimientos

Ingredientes (4 personas, para picar):

80 g queso Cheddar, rallado
50 g pimiento rojo asado, sin semillas
40 g mahonesa
25 g chalota, picada
Sal y pimienta blanca

Preparación:

Triturar todos los ingredientes. Reservar en la nevera hasta servir.

Sugerencias: aguanta 1 semana en la nevera





Crêpes con bacon, queso y cebolletas

Ingredientes (2 personas, 13×5 cm diámetro o 1 persona 20 cm):

1 loncha bacon, cortada en 4 trozos
35 g harina de almendras (o avellanas)
10 g clara de huevo en polvo (albumina)
1 huevo
75 g leche de almendras (sin azúcar)
15 g queso Cheddar, rallado
1 cebolleta, cortada en aritos
Sal y pimienta
1 c/s mantequilla

Preparación:

Dorar el bacon en una sartén sin aceite. Reservar.

Batir la harina de almendras con la clara de huevo en polvo, el huevo y la leche de almendras.

Calentar la mantequilla en una sartén. Verter la mitad de la mezcla, repartir 2 trozos de bacon por encima, junto al queso y las cebolletas. Tapar y cocinar 4 minutos.





Croquetas de patata y kalamata

Ingredientes (10 unid):

225 g patatas, peladas y cortadas

60 g cebolla, picada

1 c/s aceite

1 diente de ajo, prensado

15 g harina (o harina de arroz)

25 g olivas Kalamata, sin hueso, picadas

10 g queso parmesano rallado

3 hojas de albahaca

Sal y pimienta

20 g pan rallado (receta en el blog, con y sin gluten)

Pesto de albahaca, para acompañar (opcional)

Preparación:

Hervir las patatas en agua salada durante 15 minutos, hasta que estén tiernas. Aplastar.

Sofreír la cebolla en una sartén con el aceite durante 4 -5 minutos, tostando la harina al final. Incorporar el ajo y cocinar 1 minuto más. Retirar y dejar enfriar.

En un cuenco mezclar las patatas, la mezcla enfriada de cebolla, las olivas, el queso, la albahaca, sal y pimienta. Formar 10 croquetas redondas y dejar reposar 30 minutos en la nevera.

Rebozar las croquetas en pan rallado y freír en la freidora a 180 grados durante 2-3 minutos, hasta que estén doradas. Servir acompañadas de pesto de albahaca.





Crujiente de arroz con crema de atún y cebolletas

Ingredientes (14 unid de 4×4 cm):

100 g arroz redondo (tipo paella o risotto)

1 c/s vinagre de arroz

1/2 c/c azúcar

Una pizca de sal

135 g atún en aceite, escurrido

50 g queso en crema

2 cebolletas, picadas

14 rodajas de pepinillos encurtidos (caseros, receta en el blog)

Sal y pimienta

Preparación:

Hervir el arroz en un cazo con 125 ml de agua y una pizca de sal. Llevar a ebullición y cocinar, tapado, durante 15 minutos, destapando el cazo al final de la cocción. Debe quedar seco.

En un cuenco, mezclar el vinagre, el azúcar y una pizca de sal. Mezclar con el arroz y disponerlo en moldes (yo utilizo de 4×4 cm, pero podéis poner el arroz encima de un plato y luego cortar porciones cuando esté frío). Tapar con film, dejar enfriar y reservar una noche en la nevera.

Mezclar en un cuenco el atún con el queso en crema y las cebolletas. Salpimentar al gusto. Reservar.

Desmoldar el arroz (o cortar en porciones si no habéis utilizado un molde) y freír en aceite caliente durante 4 minutos por lado, hasta que estén dorado. Escurrir sobre papel de cocina.

Cubrir el arroz con los pepinillos y repartir la crema de atún por encima. Servir inmediatamente.





Empanadillas con pisto

Ingredientes (35-40 unid):

500 g de tomates maduros, rallados

1 pimiento verde, cortado a daditos

1 pimiento rojo, cortado a daditos

100 g cebolla, picada

1 calabacín mediano, lavado, con piel, cortado a daditos

2 c/s aceite

1 c/c sal

1 c/c azúcar

Masa de empanadillas: con gluten o sin gluten, receta en este recetario y en el blog

Preparación:

En una cazuela de fondo grueso calentar el aceite. Añadir la cebolla y sofreír la cebolla a fuego medio durante 10 minutos. Agregar los pimientos junto a la cebolla, sofreír 10 minutos más. Incorporar el calabacín y rehogar 5 minutos.

Introducir los tomates en la cazuela con el resto de las verduras, condimentar al gusto con sal y azúcar (para quitarle el exceso de acidez que puedan tener los tomates, depende de cuáles estemos utilizando). Bajar el fuego y cocinar 1 hora, removiendo de vez en cuando, hasta que los tomates hayan perdido el agua. Dejar enfriar completamente antes de rellenar las empanadillas (puede ser el día antes).

Rellenar cada empanadilla con una cucharada de postre del pisto y cerrar con un tenedor o con el molde de empanadillas. En este momento se pueden congelar (antes de hornear/freír).

Pintar las empanadillas con huevo batido y hornear a 180 grados durante 25 minutos, hasta que queden doradas. O, si lo preferís, las freís (solo la opción con gluten, sin pintar con huevo) a 180 grados durante 5 minutos.





Ensalada de gambitas con salsa tártara

Ingredientes (4 personas para picar):

2 huevos, hervidos

25 g mahonesa

35 g gambitas, cocidas y peladas

25 g pepinillos en vinagre, picados

2 c/c alcaparras, picadas

1 c/c mostaza de Dijon

1 c/s cebollino fresco, picado

Sal y pimienta

Preparación:

Pelar los huevos y cortarlos pequeños. Mezclar en un bol junto a la mahonesa, las gambitas, los pepinillos, las alcaparras, la mostaza y el cebollino. Salpimentar al gusto. Reservar en la nevera hasta servir.





Galette con crema de queso y tomatitos

Ingredientes (4 personas):

270 g masa de hojaldre (casera rápida, hojaldre sin gluten o masa hojaldrada, recetas en el blog)

75 g queso crema

2 c/c mostaza de Dijon

Una pizca de cayena en polvo

1 c/c orégano seco

Pimienta negra molida

250 g tomates Cherry, cortados por la mitad

2 c/s queso Parmesano rallado

Sal

Preparación:

Mezclar en un cuenco el queso con la mostaza, la cayena, el orégano y la pimienta negra.

Estirar la masa y disponerla sobre una bandeja de horno forrada con silpat o papel sulfurizado formando un círculo de 25 cm. Cubrir con la mezcla de queso (es más fácil utilizando una manga pastelera), dejando un borde libre de 2 cm. Repartir por encima los tomates.

Doblar los bordes de masa hacia al centro. Condimentar el relleno con sal, orégano y el queso Parmesano.

Hornear a 200 grados durante 25-30 minutos, hasta que la galette esté dorada.





Hojaldre con pesto, jamón, tomates y mozzarella

Ingredientes (4 personas):

8 hojas de hojaldre de 10×10 cm (con gluten receta rápida o sin gluten o con masa hojaldrada, recetas en el blog)

4 lonchas de jamón serrano, cortado en tiras

30 g pesto de albahaca (casero, receta en el blog)

50 g tomates en aceite, escurridos y cortados pequeños

80 g mozzarella, rallada

½ huevo, batido

Pimienta negra molida

Ingredientes para el acompañamiento:

40 g miel

1 c/c hojas de tomillo seco

Pizca de sal Maldón

Preparación:

Disponer 4 hojas de hojaldre de 10×10 cm sobre la encimera. Repartir en el centro (dejar 1 cm libre de borde) el jamón, el pesto, los tomates y la mozzarella. Cubrir con las hojas de hojaldre restantes y sellar los bordes con un tenedor.

Pintar con el huevo batido, pimientar ligeramente y hornear a 190 grados (aire) durante 20-25 minutos, hasta que esté dorado.

Mientras, mezclar la miel con el tomillo y la sal.

Servir el hojaldre templado con un hilo de miel.

Sugerencias: se pueden hacer más pequeños, de 5×10 cm.





Hojaldre con salmón y salsa de guisantes

Ingredientes (23 cm, redondo o cuadrado):

1 plancha de hojaldre (con gluten, receta rápida o sin gluten, recetas en el blog)
2 huevos M
1 yema de huevo M
200 g leche de coco (o nata para cocinar)
1 c/c ralladura de limón
2 c/s cebollino picado
300 g salmón ahumado o marinado, cortado pequeño
15 g queso Parmesano, rallado
Una pizca de cayena molida
Sal y pimienta

Ingredientes para la salsa:

120 g guisantes congelados
6 hojas de menta, picadas
120 g crème fraîche
20 g queso Parmesano, rallado
Sal y pimienta

Preparación de la salsa (se puede hacer mientras se hornea la tarta):

Disponer los guisantes en un cuenco, cubrir con agua hirviendo y dejar reposar 5 minutos. Escurrir, pasar por agua fría y escurrir de nuevo. Aplastar groseramente junto a la menta, la crème fraîche y el queso. Salpimentar al gusto.





Hojaldre con salmón y salsa de guisantes

Preparación:

Cubrir el molde (forrado con papel sulfurizado) con la plancha de hojaldre y reservar en la nevera 15 minutos.

Hornear a ciegas a 190 grados durante 10 minutos. Retirar las bolas o legumbres secas y hornear 5 minutos más.

Mientras, preparar el relleno:

Batir en un cuenco los huevos con la yema, la leche de coco, la ralladura de limón y el cebollino. Salpimentar al gusto.

Repartir el salmón sobre la masa horneada, cubrir con la mezcla de huevos, el queso y condimentar con la cayena.

Hornear a 190 grados, posición arriba/abajo, durante 25 minutos, hasta que el relleno esté cuajado. Retirar del horno, dejar reposar 15 minutos y entonces desmoldar. Servir templado acompañado de la salsa.





Hojaldre relleno con brie y salsa de naranja

Ingredientes (4 unid):

60 grs. queso brie, rascada la corteza, cortado pequeño
2 hoja de hojaldre 10×10 cm (con gluten o sin, recetas en el blog)

Ingredientes para la salsa:

60 ml. zumo de naranja
1/4 c/s ralladura de naranja
1/2 c/s azúcar moreno
15 grs. mantequilla
Una pizca de sal

Ingredientes para el acabado:

1 huevo S batido
Semillas de sésamo

Preparación:

Mezclar todos los ingredientes de la salsa en un cazo y llevar a ebullición. Bajar el fuego y cocinar 10 minutos, hasta que esté espeso. Dejar enfriar.

Cortar el hojaldre en diagonal, poner en un triángulo trocitos de brie, cubrirlos con la salsa de naranja y cerrar el hojaldre, apretando con el tenedor para que quede bien sellado.

Pintar con huevo, decorar con las semillas de sésamo y hornear a 180 grados durante 15 minutos. Servir calientes.





Hummus de guisantes

Ingredientes (4 personas):

75 g guisantes congelados
60 g garbanzos, escurridos
1 diente de ajo, prensado
20 ml zumo de limón
2 c/s aceite de oliva
1 c/s tahini
1/4 c/c comino en polvo
Sal y pimienta

Preparación:

Hervir los guisantes en agua salada durante 2 minutos. Escurrir y refrescar con agua fría.

Triturar los guisantes con los garbanzos, el diente de ajo, el zumo de limón, el aceite, el tahini y el comino. Probar y salpimentar al gusto.





Enjoy your meal

Mantequilla de tomates

Ingredientes:

250 g mantequilla, a temperatura ambiente
100 g tomates en aceite, escurridos, triturados
1 c/s ralladura de limón
2 c/s cebollino picado
1 c/s hojas de perejil, picadas
1 c/c Sal Maldón
Pimienta negra molida

Preparación:

Mezclar todos los ingredientes, repartir encima de film transparente, formando un rollo y cerrar los extremos. Dejar reposar una noche en la nevera, para que los sabores se acentúen.





la autori...
entre la...
grm...
ANNA VAYES
parcelon
y el rey de los co...
el cocim...
cuenta
leron de la
(ULB), p...
Las a...
teoría d...
los
ta a...
los
ta franc...
remonta...
de una T...
fluvial para...
las
el
rdenes a...
del B...
os
os
? Quién inv...
las patatas fr...
Gastronomka 2006
TH...
do e...
especial del...
adn...
que se
rigenes
FPJ del...
s de Gu...
de
oraci...
edes 2006

Masa de empanadillas casera {con y sin gluten}

Ingredientes para 35 empanadillas con gluten (horno o fritas en aceite):

375 grs. harina

30 grs. manteca de cerdo (casera, receta en el blog) o 40 ml. de aceite de oliva

150 ml. agua templada

1/2 cucharadita de sal

Ingredientes para 33 empanadillas sin gluten (horno):

75 g harina de garbanzo

125 g almidón de maíz

25 g almidón de patata

5 g goma xantana

5 g azúcar

4 g sal

100 g agua templada

45 g aceite de oliva

Amasar todos los ingredientes hasta obtener una masa homogénea (a mano, con vaso triturador o con amasadora). Formar una bola, envolver con film transparente y dejar reposar en la nevera una hora. También podéis dejarla toda la noche, entonces antes de empezar a estirla, sacarla de la nevera con antelación (una hora debería ser suficiente).

Estirar la masa hasta obtener un rectángulo de 80×60 cm. Si no disponéis de tanto espacio, prepararlas en dos veces (no es necesario guardar la masa en la nevera). Se puede estirar también la masa con la máquina de estirar pasta (mi máquina tiene 6 agujeros, yo la estiro hasta el 4).

Cortar los círculos con un aro de emplatar de 12 cm. Ya tenéis lista la masa para rellenarla cómo queráis (una cucharada sopera es suficiente). Cerrar las empanadillas con la ayuda de un tenedor.





Masa de empanadillas casera {con y sin gluten}

Pintar las empanadillas con un huevo batido y hornearlas a 180 grados durante 25 minutos, hasta que queden doradas (segunda foto). O, si lo preferís, las freís (solo la opción con gluten, sin pintar con huevo) a 180 grados durante 5 minutos (primera foto).

Sugerencias: se pueden congelar una vez formadas, guardarlas y hornearlas sin descongelar (tal vez necesitéis un par de minutos más). También quedan bien en el airfryer.





Pepino marinado

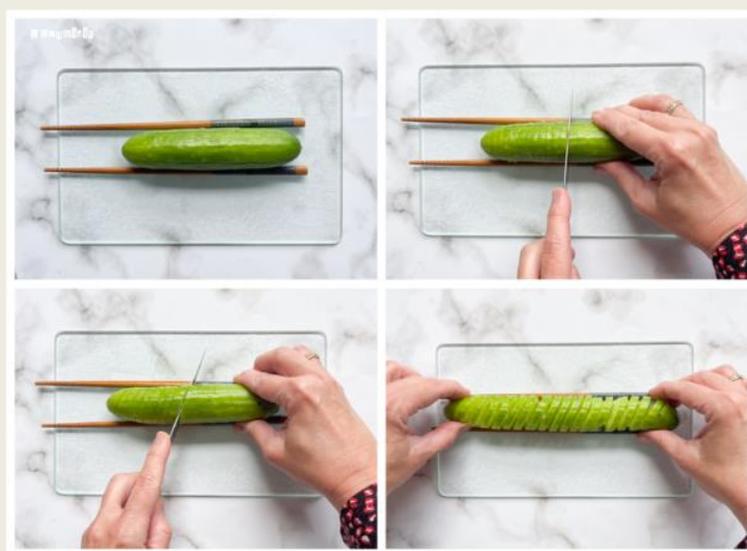
Ingredientes (4 personas):

- 1 pepino (o 4 minis), lavado
- 1 c/s aceite
- 1 c/s salsa de soja
- 1 c/s vinagre de manzana
- 1 c/s sésamo tostado
- 1 c/s eneldo picado
- 1 c/c azúcar
- ½ c/c pimienta negra molida
- Una pizca de sal
- Una pizca de chile seco desmenuzado (opcional)

Preparación:

Cortar el pepino en rodajas finas y marinar con el resto de ingredientes. Dejar reposar una hora en la nevera.

Sugerencias: para preparar las espirales de la segunda foto con pepinos pequeños, solo teneis que poner estos entre dos palillos de madera de comer arroz y hacer por un lado cortes rectos de 2-3 mm de grosor, girar el pepino y hacer cortes a 45 grados del mismo grosor, tal como se muestra en el paso a paso:





Portobello caprese

Ingredientes (4 personas):

1 c/s mantequilla
1 diente de ajo, prensado
1 c/c perejil, picado

4 champiñones Portobello
125 g mozzarella, picada o rallada
100 g tomates Cherry, cortados por la mitad
Sal
4 hojas de albahaca, picadas

50 ml vinagre balsámico
2 c/c azúcar moreno

Preparación:

Calentar la mantequilla con el ajo y el perejil en una sartén o en el microondas un par de segundos. Pintar los Portobello con esta mezcla.

Rellenarlo con la mozzarella y los tomates Cherry. Salar ligeramente. Hornear a 180 grados durante 8 minutos, hasta que el queso se haya derretido (se pueden hacer con Airfryer 10 minutos)

Mezclar el vinagre balsámico con el azúcar moreno y servir los Portobello espolvoreados con la albahaca picada.





Portobello relleno con calabaza, bacon y queso de cabra

Ingredientes (4 personas):

120 g mantequilla
10 hojas de salvia
250 g pulpa de calabaza, cortada en daditos
4 dientes de ajo, prensados
40 g bacon, cortado en daditos
Sal
100 g queso de cabra (rulo)
4 champiñones Portobello

Preparación:

Calentar la mantequilla en una sartén y dorar las hojas de salvia durante 3 minutos.

Mezclar en un cuenco la calabaza con los ajos y el bacon. Salar y agregar a la sartén, removiendo para que quede todo bien impregnados. Cocinar tapado a fuego bajo-medio durante 25 minutos (o en el horno a 180 grados).

Pintar los Portobello con aceite y hornear durante 20 minutos (o en airfryer durante 10-15 minutos). Este paso se puede hacer con la calabaza en el horno en el mismo momento.

Mezclar el queso de cabra con la calabaza, rellenar los Portobello y dorar bajo el grill.





Tapenade de olivas

Ingredientes (8 personas):

100 g olivas Kalamata, sin hueso
100 g olivas verdes, sin hueso
½ c/s alcaparras
1 diente de ajo, pelado
50 g tomates en aceite, escurridos
1 c/s aceite (de los tomates)
1 c/c perejil picado
Pimienta negra molida

Preparación:

Triturar todos los ingredientes hasta que quede una textura no muy fina. Reservar en la nevera hasta servir.





Tarta tatin de cebollas, bacon y tomatitos

Ingredientes (4 personas):

1 c/s aceite, para las chalotas

6 chalotas, cortadas por la mitad

200 g lonchas de bacon, cortadas por la mitad a lo largo

50 g azúcar

1,5 c/s agua

2 c/c vinagre balsámico

1 c/s hojas frescas de tomillo

1 c/s aceite, para los tomates

250 g tomates Cherry

Sal y pimienta

1 hoja de hojaldre (30×24 cm), con gluten o sin, o masa hojaldrada (recetas en el blog)

20 g rúcula

50 g gorgonzola dulce (u otro queso azul), cortado a dados

Preparación:

Sofreír en una sartén el aceite, las chalotas durante 5-7 minutos. Reservar. Dorar en la misma sartén el bacon durante 2-3 minutos, hasta que esté crujiente. Reservar a un plato con papel de cocina.

Disponer el azúcar en el molde de 20 cm apto para fuego/horno y preparar el caramelo, sin remover – solo moviendo el molde o sartén – hasta que coja un color dorado. Retirar del fuego y añadir el agua y el vinagre. Cuando deje de burbujear, repartir la chalota y el bacon encima del caramelo y terminar con la mitad del tomillo. Tapar con el hojaldre, desechando lo que sobresalga de la sartén. Hornear 10 minutos a 180 grados (ventilador), entonces agregar los tomates, que habremos puesto sobre una bandeja apta para horno, rociados con el aceite y salpimentados. Hornear 15-20 minutos más. Retirar del horno, dejar reposar 5 minutos y entonces voltear la tarta tatin. Repartir por encima el resto del tomillo.

Servir con la rúcula y el queso, acompañado de los tomates horneados.





Terrina fría de zanahorias y guisantes

Ingredientes (8 personas, molde 13 cm.):

300 g zanahorias, peladas y cortadas a rodajas

1 chalota (70 g)

10 g mantequilla

40 g queso Gruyère, rallado

75 g guisantes congelados

60 g crème fraîche

1 c/s mostaza de Dijon

1 c/s cebollino fresco, picado

2 huevos M

Sal y pimienta

Preparación:

Hervir las zanahorias en agua salada durante 20 minutos. Escurrir y dejar enfriar.

Sofreír la chalota en una sartén con la mantequilla durante 5-10 minutos, hasta que se ablande. Dejar enfriar.

Triturar la zanahoria junto la chalota, el queso, la crème fraîche, la mostaza y los huevos. Salpimentar. Mezclar, con una espátula, los guisantes congelados y el cebollino.

Forrar un molde con film transparente, verter la mezcla, aplanar y dar un par de golpes sobre la encimera para que desaparezcan las burbujas de aire que puedan haber quedado. Tapar bien con aluminio (el film entonces no se dañará) y hornear al baño maría a 200 grados durante 1 hora. La parte superior de la terrina tiene que estar bien hecha, de lo contrario, alargar el horneado.





Terrina fría de zanahorias y guisantes

Retirar del horno y sin desmoldar, dejar enfriar. Reservar una noche en la nevera.

Retirar el papel de aluminio, cortar el film que cubre la terrina, voltear sobre un plato y desmoldar.



Pizza y bocadillos



ará la corrección de...
la prueba de armonías, la
acompañadas, además, p...
premio especial...
Ribeiros, t...
Balardón.

Orígenes
... es una fiesta popular que se
en Buñol, Valencia, el último
1944 cuando, al pago de...
Gigantes y cabez...
habían podid...
batall...
ambos...
verd...
toun...
suc...
Insta...

originarias de Francia, como defie...
galos, o si, como aseguran sus vec...
norte, nacieron en Bélgica. La leyenda más
extendida entre los belgas es que fue en las
orillas de su río Mense donde nació...
frita. Un invierno de grand...
pescadores no pudieron...
del mar por lo or...
freir las pa...

entre las patatas... en...
de bastoncillos...
futura del tuberc...
efectivamente su origen...
que las patatas fritas...
se distribuye en los...
comida rápida de todo el...
en de Bélgica.

en la
on de Francia
La Estación de Franc...
restaurante que ca...
las puertas al...
divertido! D...
o cenar...
Se...

... que Marie...
... empezar a...
... diez años. Solo y sin...
El destino o la que él vivió...
taberna La Fricasé de Lapin que lo acogió.
Fue el primer lugar donde empezó a...
laboral. Con 16 años se fue a Chez Bail...
cuyo propietario era uno de los mejo...
pasteleros de París. Con 18 años...
hasta que abrió la suya prop...
Trabajó para el zar Aleje...
para el rey de Inglat...
príncipe Sterhav...

Ilustración del libro de Marie-Antoine
Carême Art de la cuisine française au

BOCADILLOS

Bocadillo con pollo crujiente
Ensalada de gambitas con salsa tártara

PIZZA

Rollitos de pizza con pesto de tomate
Pizza con verduras y sobrasada



Bocadillo con pollo crujiente

Ingredientes (4 personas):

4 pechugas de pollo, sin hueso (o contramuslos)
2 huevos M
1/2 c/c curry en polvo
100 g corn flakes
3 c/s harina (o harina de garbanzos)
Sal y pimienta

Ingredientes para el acompañamiento:

4 c/s yogur griego
1/2 c/c mostaza de Dijon
1 c/s miel
8 panecillos (con o sin gluten, recetas en el blog)
50 g lechuga variada
2 tomates, cortados a rodajas
Sal y pimienta

Preparación:

Aplastar el pollo con un martillo de cocina, salpimentar.

Batir los huevos con el curry en un plato.

Disponer los corn flakes en una bolsa y la harina en otra. Rebozar el pollo primero en la harina, a continuación, en el huevo y terminar con el rebozado de corn flakes. Hornear a 200 grados (ventilador) durante 20 minutos.

Mezclar el yogur con la mostaza y la miel. Salpimentar.

Montar los bocadillos repartiendo la lechuga, los tomates, el pollo y la salsa.

Sugerencias: se puede hacer en airfryer





Sandwich de ensalada de gambitas con salsa tártara

Ingredientes (2 sándwich):

2 huevos, hervidos
25 g mahonesa
35 g gambitas, cocidas y peladas
25 g pepinillos en vinagre, picados
2 c/c alcaparras, picadas
1 c/c mostaza de Dijon
1 c/s cebollino fresco, picado
Sal y pimienta

Preparación:

Pelar los huevos y cortarlos pequeños. Mezclar en un bol junto a la mahonesa, las gambitas, los pepinillos, las alcaparras, la mostaza y el cebollino. Salpimentar al gusto. Reservar en la nevera hasta servir.

El mejor pan para este sándwich es tipo brioche (ver recetas con y sin gluten en el blog).





Rollitos de pizza con pesto de tomate

Ingredientes (12 unid.):

Masa de pizza (la mitad de una de las recetas en el blog: con gluten o sin)

Aceite, para engrasar el molde

Ingredientes para el pesto:

150 g tomates semisecos en aceite, escurridos

75 g olivas verdes deshuesadas

30 g alcaparras

2 dientes de ajo, pelados

25 g aceite de oliva

1 c/s vinagre balsámico

Sal y pimienta

Preparación:

Triturar los tomates con las olivas, las alcaparras y los ajos. Verter poco a poco el aceite y el vinagre balsámico. Salpimentar al gusto.

Estirar la masa de pizza formando un rectángulo de 50×30 cm. Repartir el pesto y enrollar por la parte larga. Cortar 12 porciones iguales y disponerlas en un molde de muffins ligeramente aceitado. Tapar con film transparente y dejar levar 45 minutos.

Hornear a 200 grados (ventilador) durante 15-20 minutos, hasta que estén dorados. Dejar enfriar 20 minutos encima de una rejilla.

Sugerencias: congelan perfectamente





Pizza con verduras y sobrasada

Ingredientes para la masa de pizza con gluten (4 personas):

350 grs. harina

5 grs. sal

5 grs. azúcar

5 ml. aceite

10 grs. levadura instantánea de panadero (o 28 grs. levadura fresca o 11 grs. levadura seca*)

210 ml. agua

Ingredientes y preparación masa sin gluten:

Ver esta entrada

Ingredientes para el relleno:

250 grs. berenjena

300 grs. calabacín

150 grs. cebolla

1 pimiento rojo

200 grs. tomates rojos

3 c/s aceite de oliva

Sal

200 g sobrasada (o sustituir por una vegana, receta en el blog)

1 c/c cebollino picado

1 c/c orégano picado





Pizza con verduras y sobrasada

Preparación del pisto (se puede hacer con antelación y/o congelar):

Cortar todas las verduras pequeñas, del mismo tamaño.

Sofreír la cebolla y el pimiento en una sartén con el aceite durante 10 minutos. Incorporar la berenjena, el calabacín y los tomates, remover y cocinar 15 minutos más, no debe quedar muy blanda. Salar al gusto.

Preparación de la pizza:

Mezclar los ingredientes secos (harina, sal, azúcar y levadura). Amasar e incorporar poco a poco el aceite y el agua (la cantidad que admita), hasta obtener una masa elástica y homogénea (con amasadora: 3 minutos a velocidad lenta y 8 minutos a velocidad rápida)

Espolvorear la superficie de trabajo, formar una bola y dejar reposar en un bol tapado con un trapo húmedo durante 3-4 horas.

Hundir la masa para que salga todo el aire, amasar con la mano y formar, con la ayuda del rodillo, una pizza de aprox. 30 cm.

Precalentar el horno a 250 grados. Cubrir la base con el pisto y repartir la sobrasada por encima, junto al orégano y el cebollino. Hornear 12 minutos a 200 grados.

*Nota *: si se utiliza levadura fresca, diluirla primero con un poco de agua templada*



Pasta, sopas y cremas



PASTA

Macarrones con pollo y pesto
Pasta con salmón, espinacas y pangrattato
Raviolis rellenos de boniato y mascarpone
Spaguetti alla cacciatore (con pollo y champiñones)

SOPAS Y CREMAS

Capuccino de mostaza
Crema de calabacin y menta
Crema de calabacín y zanahorias
Crema de calabaza y garbanzos
Crema de espinacas con gambas



Macarrones con pollo y pesto

Ingredientes (4 personas):

250 g macarrones
1 c/s aceite
2 dientes de ajo, prensados
1 c/c hierbas italianas secas
4 contramuslos, con piel y huesos
Sal y pimienta

Ingredientes para la salsa:

2 c/s mantequilla
3 c/s harina (o harina de arroz)
240 g caldo de pollo
240 g leche de coco (o leche)
125 g pesto de albahaca (o de zanahoria)
45 g queso Parmesano, rallado
125 g Mozzarella, rallada

Preparación:

Dorar en una sartén con el aceite el pollo condimentado con las hierbas italianas, los ajos, sal y pimienta durante 20 minutos, hasta que esté hecho. Reservar. Cuando esté frío, cortar pequeño.

Hervir la pasta siguiendo las instrucciones. Mientras, preparar la salsa:

En la misma sartén, calentar la mantequilla, agregar la harina y dorarla 3 minutos. Verter, poco a poco, la leche y el caldo, removiendo para obtener una cremosa bechamel, aproximadamente 5 minutos. Retirar del fuego y agregar el pesto, el parmesano y la mozzarella, removiendo bien.

Ecurrir la pasta, mezclarla con la salsa y el pollo y servir inmediatamente.





Pasta con salmón, espinacas y pangrattato

Ingredientes (2 personas):

1 50 g spaguetti (con o sin gluten, recetas en el blog)
300 g salmón (en un trozo)
2 c/s aceite
2 c/s mantequilla
1 chalota, picada
1 diente de ajo, prensado
1 50 g champiñones, cortados finos
60 g vino blanco o jerez
1 c/c mostaza de Dijon
200 g leche de coco en lata (o nata para cocinar)
1 c/s eneldo picado
1-2 c/s alcaparras, picadas
100 g espinacas, picadas
Sal y pimienta

Ingredientes para el pangrattato:

2 c/s mantequilla
1 c/s aceite
1 diente de ajo, prensado
60 g panko (con o sin gluten)
1 c/c ralladura de limón
1 c/s hojas de perejil, picadas
Sal y pimienta





Pasta con salmón, espinacas y pangrattato

Para el pangrattato, calentar la mantequilla y el aceite en una sartén durante 2-3 minutos, hasta que la mantequilla empiece a dorarse. Incorporar el ajo y cocinar 30 segundos. Agregar el panko, remover para que quede bien impregnado y entonces añadir la ralladura de limón y el perejil. Cocinar hasta que se dore. Salpimentar y reservar en la sartén.

Hervir la pasta como indique el fabricante. Mientras, dorar el salmón en una sartén con el aceite hasta que esté dorado, pero no del todo hecho en el interior (se terminará de hacer con la salsa). Reservar.

Calentar la mantequilla en la misma sartén y sofreír la chalota durante 3-4 minutos. Agregar el ajo y los champiñones y cocinar 3 minutos más. Verter el vino y dejar evaporar 5 minutos. Incorporar la mostaza y remover para que quede incorporada. Verter la leche de coco, el eneldo y las alcaparras, remover hasta que empiece a espesar. Incorporar el salmón desmenuzado, un poco del agua de cocción de la pasta y las espinacas picadas. Salpimentar al gusto.

Ecurrir la pasta y mezclar con la salsa. Servir con el pangrattato por encima.

Intolerantes a la lactosa: utilizar margarina en lugar de mantequilla





Raviolis rellenos de boniato y mascarpone

Ingredientes (4 personas):

Pasta casera (con gluten o sin, recetas en el blog)

Ingredientes para el relleno:

400 g boniatos, cortados en daditos

Las semillas de 1/2 vaina de vainilla

60 g mascarpone (casero, receta en el blog)

1/2 c/s zumo de limón

Sal y pimienta

Ingredientes para la salsa:

1 cebolla (200 g)

1 c/s mantequilla

1 c/s aceite

3 dientes de ajo, prensados

1 c/c tomillo seco

Sal y pimienta

Preparación de la salsa:

Sofreír la cebolla en una sartén con la mantequilla y el aceite durante 5 minutos a fuego medio. Incorporar el ajo, remover, bajar el fuego y cocinar 30 minutos, hasta que la cebolla esté caramelizada.

Mientras, preparar el relleno:

Hervir los boniatos en agua salada durante 25 minutos. Escurrir y dejar enfriar. Aplastar junto a la vainilla, el mascarpone y el zumo. Salpimentar y disponer la mezcla en una manga pastelera.

Estirar la masa y repartir el relleno (podéis ver en el blog un paso a paso). Hervir la pasta durante 2-3 minutos.

Agregar la pasta a la sartén de la cebolla, junto al tomillo. Salpimentar, calentar el conjunto y servir inmediatamente.





Spaguetti alla cacciatore (con pollo y champiñones)

Ingredientes (4 personas):

300 g spaguetti (caseros, con o sin gluten, recetas en el blog)
250 g dados de bacon
150 g cebolla, picada
1 diente de ajo, prensado
350 g contramuslo de pollo, sin hueso ni piel, cortado en dados
400 g champiñones, cortados a cuartos
1 pimiento rojo, sin semillas, cortado a daditos
1 c/s hojas de romero seco
350 g passata de tomate
20 olivas Kalamata, sin hueso
Sal y pimienta negra molida

Preparación:

Hervir la pasta siguiendo las instrucciones del fabricante.

Dorar los dados de bacon en una sartén sin aceite. Incorporar la cebolla y el ajo y cocinar 1 minuto. Agregar el pollo, los champiñones y el pimiento, remover y cocinar 5 minutos a fuego alto.

Añadir el romero, la passata de tomate y las olivas. Salpimentar al gusto. Cocinar 5 minutos. Escurrir la pasta y mezclar con la salsa. Servir inmediatamente.





Capuccino de mostaza

Ingredientes (4 personas):

1 diente de ajo, prensados
75 g cebolla, picada
15 g mantequilla
15 g harina (o harina de arroz)
500 ml caldo de verduras
1,5 c/s mostaza a la antigua (granulada)
1 c/s mostaza de Dijon
25 ml nata para cocinar (o nata vegetal)
Sal y pimienta negra molida

Ingredientes para el acabado:

50 ml leche
¼ c/c ajo en polvo
Una pizca de pimienta negra molida

Preparación:

Sofreír la cebolla y el ajo en una sartén con la mantequilla durante 5 minutos. Incorporar la harina y tostarla, removiendo, durante 2 minutos a fuego bajo. Verter el caldo, la mostaza a la antigua y la mostaza de Dijon. Cocinar durante 15 minutos.

Verter la nata para cocinar y mezclar bien. Salpimentar al gusto. Repartir en 4 vasos.

Batir la leche con el ajo en polvo y la pimienta negra. Servir sobre la crema.

Sugerencias: la crema de mostaza se puede preparar el día antes





Crema de calabacín y menta

Ingredientes (4 personas):

3 c/s aceite

1 cebolla (150 g), picada

Sal y pimienta

3 dientes de ajo, pelados, cortados finos

6 calabacines, lavados, cortados a lo largo y en rodajas

750 ml caldo de verduras

150 g crème fraîche (o leche de coco de lata)

4 c/s crème fraîche (o la crema de leche de coco enfriada)

2 c/s hojas de menta, picadas

Preparación:

Calentar el aceite en una cazuela y sofreír la cebolla con un poco de sal durante 10 minutos a fuego bajo. Agregar el ajo y cocinar 2 minutos más. Incorporar el calabacín y cocinar 20 minutos. Verter el caldo, llevar a ebullición y cocinar 4 minutos. Triturar, agregar la crème fraîche y $\frac{3}{4}$ partes de la menta y triturar de nuevo. Probar y salpimentar al gusto.

Repartir la sopa en cuencos y decorar con una cucharada de crème fraîche y el resto de menta.





Crema de calabacín y zanahorias

Ingredientes (4 personas):

200 g cebolla, picada
1 rama de apio, limpia, cortada a rodajas
2 c/s aceite
300 g zanahorias, peladas y cortadas
2 calabacines, lavados, sin pelar, cortados a dados
2 c/c jengibre fresco, rallado
60 ml vino blanco o jerez
1 c/c curry en polvo
½ c/c comino en polvo
800 ml caldo de verduras
Sal y pimienta

Preparación:

Calentar el aceite en una cazuela y sofreír la cebolla con el apio durante 5 minutos a fuego medio.

Incorporar las zanahorias y los calabacines, remover y cocinar 3 minutos más. Añadir el jengibre, el curry y el comino. Salar al gusto. Verter el vino y cocinar 5 minutos a fuego alto, hasta que se evapore el alcohol. Verter el caldo, llevar a ebullición, bajar el fuego y cocinar a fuego medio durante 45 minutos.

Triturar, probar y salpimentar al gusto.





Crema de calabaza y garbanzos

Ingredientes (6 personas):

400 g garbanzos envasados (peso neto), escurridos
800 g pulpa de calabaza, cortada en dados de 2 cm.
1 guindilla, sin semillas, picada
2 c/s garam masala (casero, receta en el blog)
2 c/s aceite, para la calabaza
2 c/s aceite, para tostar los garbanzos
400 ml leche de coco
700 ml caldo de verduras

Preparación:

Disponer la mitad de los garbanzos, la calabaza y la guindilla en una bandeja forrada con papel sulfurizado. Mezclar con el garam masala y el aceite, removiendo para que quede todo bien impregnado. Salpimentar al gusto. Hornear a 200 grados durante 30 minutos.

Disponer en otra bandeja el resto de garbanzos con 2 cucharadas de aceite. Salpimentar al gusto. Introducir en el horno cuando queden 15 minutos. Remover a media cocción para que se tuesten en su totalidad.

Retirar la bandeja de calabaza del horno y disponerla en una cazuela, verter la leche de coco y el caldo, remover y cocinar 15 minutos, hasta que la calabaza esté tierna. Podéis añadir agua si queréis la crema menos espesa.

Servir la crema con los garbanzos tostados.





Crema de espinacas con gambas

Ingredientes (2 personas):

- 1 c/s aceite
- 1 c/s jengibre fresco, rallado
- 1 diente de ajo, prensado
- 15 g cilantro, las hojas y los tallos picados, por separado
- 130 g hojas de espinacas
- 400 ml leche de coco
- 200 ml agua
- 180 g gambas, sin cabeza, peladas
- 100 g fideos de arroz
- 1 c/s zumo de lima
- Sal y pimienta negra molida

Preparación:

Calentar el aceite en una sartén y sofreír el jengibre, el ajo y los tallos de cilantro con una pizca de sal durante 2 minutos. Incorporar las espinacas y las hojas de cilantro (guardar alguna para decorar), cocinar 2 minutos más y triturar con la leche de coco y el agua.

Añadir las gambas y los fideos de arroz (rotos en trozos pequeños), salpimentar y condimentar con el zumo de lima, cocinar 5 minutos hasta que las gambas cambien de color y servir inmediatamente con el cilantro reservado.



Carne y barbacoa



CARNE Y BARBACOA

Albóndigas con olivas y salsa de naranja

Albóndigas turcas al curry

Carne en adobo

Churrasco de cordero al horno

Costillas de ternera a la cerveza

Estofado de cordero con dátiles y piñones

Estofado de cordero marroquí con olivas

Estofado de cordero y jamón

Estofado de ternera al curry massaman

Pierna de cordero en cocción lenta

Salchichas al curry con garbanzos



Albóndigas con olivas y salsa de naranja

Ingredientes (35 unid.):

800 g carne picada mixta (cerdo y ternera)
2 c/s pan rallado (receta con y sin gluten en el blog)
1 cebolla (150 g), triturada
50 g olivas negras, sin hueso, trituradas
1 huevo S
2 c/c mostaza de Dijon
1 c/c sal
1 c/c pimienta negra molida
1 c/c albahaca seca
4 c/s aceite
1 c/s azúcar de caña
250 g zumo de naranja
75 g salsa de soja

Preparación:

Mezclar la carne con el pan rallado, la cebolla, las olivas, el huevo, la mostaza, la sal, la pimienta y la albahaca. Formar 35 bolas iguales.

Calentar el aceite en una sartén y dorar las albóndigas durante 8 minutos (o hornear a 160 grados durante 15 minutos). Reservar.

En la misma sartén, caramelizar el aceite y verter seguidamente el zumo de naranja y la salsa de soja. Hervir, bajar el fuego, devolver las albóndigas a la sartén, remover y cocinar 8 minutos, removiendo. Si queréis una salsa más espesa, mezclar 1 c/c de maizena con un poco de agua fría y agregar a la sartén los últimos dos minutos.





Albóndigas turcas al curry

Ingredientes para las albóndigas (4 personas):

- 100 g cebolla, triturada
- 1 diente de ajo, prensado
- 1 c/c jengibre rallado
- 1 c/c comino en polvo
- 1 c/c cilantro en polvo
- 500 g carne picada de ternera
- 2 c/s hojas de cilantro, picadas
- Sal y pimienta
- 1 c/s aceite

Ingredientes para el curry:

- 200 g cebolla, cortada a octavos
- 1 c/s aceite
- 1 guindilla, sin semillas, picada
- 1 c/s jengibre rallado
- 5 c/s pasta de tikka masala
- 400 g leche de coco de lata
- 150 g caldo de verduras
- 1 pimiento rojo, sin semillas, cortado a trozos
- 1 pimiento verde, sin semillas, cortado a trozos
- 3 c/s hojas de cilantro, picadas

Preparación:

Mezclar todos los ingredientes para la carne, excepto el aceite, y formar 24 albóndigas. Dorar 3-4 minutos en una sartén con el aceite y reservar en la olla de cocción lenta.

Calentar para el curry el aceite en la misma sartén y sofreír la cebolla durante 5 minutos. Incorporar la guindilla, el jengibre y la pasta de tikka masala, remover y cocinar 2 minutos. Verter la leche de coco y el caldo junto a los dos tipos de pimiento. Llevar a ebullición y verter sobre las albóndigas. Tapar y cocinar en función "baja" durante 6 horas. Probar y salpimentar al gusto. Servir con el cilantro.





Carne en adobo

Ingredientes (4 personas):

500 g carne de cerdo (del cuello, pierna...), cortado en filetes de 1/2 cm

250 g bacon, cortado en lonchas del mismo largo que la carne

200 g cebolla, cortada en rodajas finas

Ingredientes para el adobo:

1 hoja pequeña de laurel

2 dientes de ajo, prensados

1 c/s pimentón dulce

1/4 c/c cayena en polvo

3 clavos de olor

1/2 c/c orégano seco

1/2 c/c tomillo seco

1/2 c/c comino en polvo

Pimienta negra molida

1 c/c vinagre

3 c/s aceite de oliva

Preparación:

Majar los ingredientes del adobo en un mortero.

Introducir en una bolsa alimentaria la carne con el adobo y masajear la bolsa para que la carne quede bien impregnada.

Encima de plato, montar una torre intercalando capas de carne, cebolla y bacon, hasta terminar. Pinchar la torre con dos palillos largos de madera para que no se desmorone. Regar con el resto del adobo, tapar con film y reservar una noche en la nevera.

Disponemos la torre en una bandeja para horno, tapamos con aluminio y horneamos a 200 grados durante 30 minutos. Retiramos el aluminio y horneamos 30 minutos más. Cortamos la carne en vertical y servimos.





Churrasco de cordero al horno

Ingredientes de la marinada (4 personas):

60 ml aceite

3 c/c azúcar moreno

60 ml zumo de naranja

30 ml zumo de limón

1/2 c/c jengibre en polvo

1/2 c/c mostaza de Dijon

1 diente de ajo, prensado

2 c/c salsa de soja

Ingredientes para la carne:

1 kg costillar de cordero (separadas)

Sal y pimienta negra

Preparación:

Disponer todos los ingredientes de la marinada en una bolsa, junto al cordero salpimentado. Dejar marinar una noche en la nevera.

Disponer las costillas, junto a la marinada, sobre el grill y debajo una bandeja forrada con papel sulfurizado. Hornear a 170 grados durante 1 hora. Retirar el grill, disponer las costillas en la bandeja con la marinada y hornear 15 minutos más.





Costillas de ternera a la cerveza

Ingredientes (4 personas):

375 g cerveza rubia
50 g azúcar moreno
25 g mostaza en polvo
2 c/s vinagre de manzana
50 g jarabe de arce
½ c/c pimentón de la Vera
2 c/s hojas de romero, picadas
2 c/c pimienta negra molida

1,5 kg costillas de ternera

Preparada en el horno

Preparación:

Mezclar todos los ingredientes, excepto la carne, en un cuenco (no de aluminio). Disponer la carne en una bolsa y cubrir con la marinada. Dejar marinar una noche en la nevera.

Ecurrir la carne, reservando la marinada, y disponer en una bandeja para horno. Salpimentar y verter encima 250 ml de la marinada reservada. Tapar con papel de aluminio y hornear en posición arriba-abajo durante 4,5 h.

Mientras, reducir el resto de la marinada en un cazo sin que llegue a hervir, unos 35-40 ml, quedarán unos 250 ml. una vez reducido.

Retirar la carne de la bandeja pasado el tiempo de cocción, desechar el líquido de cocción y verter la salsa reducida. Hornear 1 hora más, rociando con la salsa de vez en cuando, para que quede la carne glaseada.

Sugerencias: se puede preparar en barbacoa en lugar de horno o en olla de cocción lenta (8 horas en posición baja)





Estofado de cordero con dátiles y piñones

Ingredientes (4 personas):

2 c/s agua
1/4 c/c hebras de azafrán
1 c/c jengibre en polvo
1/4 c/c cúrcuma en polvo
1/4 c/c canela en polvo
2 c/s aceite
1 c/s puré de tomate (concentrado)
2 dientes de ajo, prensados
900 g dados de cordero, 5 cm
250 g cebollas, picadas
1 rama de apio, cortada en trozos
12 dátiles Medjool, cortados en 4 trozos
2 c/s piñones
1 rama de canela
Sal y pimienta negra molida
3 c/s hojas de cilantro, para el acabado

Preparación:

Calentar 2 c/s de agua y desleír el azafrán, dejar reposar 4 minutos. Añadir el jengibre, la cúrcuma, la canela, 1 c/c sal y 1 c/c pimienta negra molida. Remover junto al aceite, el puré de tomate y los dientes de ajo.

Disponer en una cazuela amplia la carne con las cebollas, el apio, los dátiles y los piñones. Incorporar la mezcla anterior de especias y mezclar bien. Verter 500 ml de agua junto a la rama de canela. Llevar a ebullición y entonces introducir en el horno a 170 grados y hornear durante 2,5 h. (si lo hacéis con olla de cocción lenta, serán 6 h en posición baja)

Retirar del horno y dejar reducir durante 20 minutos a fuego medio sin tapar. Probar y corregir de sal si fuera necesario. Servir con las hojas de cilantro.





Estofado de cordero marroquí con olivas

Ingredientes (4 personas):

1 c/s aceite

750 g dados de cordero

1 c/s aceite

1 cebolla (150 g), picada

3 dientes de ajo, prensados

1 c/c jengibre rallado

1/2 c/s comino en polvo

1/2 c/s cilantro en polvo

1/2 c/c canela en polvo

Una pizca de azafrán

1/2 c/s puré de tomate

400 g caldo de carne

1/2 c/s miel

40 g olivas Kalamata

1 c/c ralladura de limón

1 c/s zumo de limón

1 c/s hojas de cilantro, picadas (o perejil, o menta o cebolleta)

Preparación:

Dorar el cordero (por partes) en una cazuela con el aceite. Reservar en la olla de cocción lenta.

Sofreír la cebolla con el aceite en la misma cazuela durante 8-10 minutos a fuego bajo. Agregar los ajos y el jengibre, cocinar 2 minutos. Incorporar el comino, el cilantro, la canela, el azafrán y el puré de tomate. Remover y verter el caldo. Llevar a ebullición y echar sobre la carne. Cocinar en función "baja" 6 horas. Añadir entonces la miel, las olivas, la ralladura y el zumo de limón y cocinar 30 minutos más.

Para cocinar en cazuela, serán 3 horas a fuego bajo-medio.





Estofado de cordero y jamón

Ingredientes (4 personas):

50 ml aceite
1 kg dados de cordero (3 cm)
100 g cebolla, picada
50 g jamón serrano, cortado fino
100 ml vino blanco o jerez
300 ml caldo de pollo
1 hoja de laurel

Ingredientes para el acabado:

3 yemas de huevo
2 c/s zumo de limón
2 c/s hojas de perejil, picadas
1 c/s mejorana, picada
2 dientes de ajo, prensados

Preparación:

Calentar el aceite en una cazuela y dorar la carne salpimentada durante 8-10 minutos, removiendo. Reservar.

Sofreír en la misma cazuela la cebolla y el jamón durante 2 minutos. Verter el vino, remover y cocinar para que el alcohol se evapore, unos 5 minutos. Devolver la carne a la cazuela, agregar el caldo y la hoja de laurel, tapar y cocinar a fuego lento durante 1 hora (en olla de cocción lenta durará 6 horas en la posición baja).

Poco antes de terminar, batir las yemas con el zumo de limón, el perejil, la mejorana y los ajos. Retirar la cazuela del fuego, echar la mezcla de yemas y remover hasta que se forme una salsa.

Sugerencias: servir con arroz basmati





Estofado de ternera al curry massaman

Ingredientes (4 personas):

1 c/c sal
2 c/c cayena seca
1 c/s jengibre en polvo
2 c/c comino en polvo
1 /c pimienta blanca molida
5 vainas de cardamomo

70 g cebolla roja, cortada
4 dientes de ajo, pelados
1 hierba de limón, cortada
2 c/s tallos de cilantro, picados
1 c/s aceite

2 c/s aceite
1,2 kg dados de carne de ternera para estofar (6 cm)
400 ml leche de coco (lata)
400 ml agua
1 c/s azúcar
1 c/s salsa de pescado
400 g patatas, cortadas a trozos
1 c/s zumo de lima
2 c/c azúcar moreno
2 c/s cacahuets, picados
2 c/s hojas de cilantro, picadas





Estofado de ternera al curry massaman

Preparación:

Machacar en un mortero la sal con la cayena, el jengibre, el comino, la pimienta y el cardamomo.

Triturar las especias con la cebolla, los ajos, la hierba de limón, los tallos de cilantro y el aceite.

Calentar el aceite en una cazuela amplia y dorar los dados de carne durante 4 minutos, removiendo. Reservar.

En la misma cazuela, sofreír la mezcla de especias y cebolla durante 2 minutos. Devolver la carne a la cazuela, verter la leche de coco, el agua, el azúcar y la salsa de pescado. Llevar a ebullición, incorporar las patatas, tapar y hornear a 160 grados durante 3 horas hasta que la carne esté tierna (en olla de cocción lenta serán 8 horas en posición baja). Si preferís una salsa más espesa, retirar la carne de la cazuela y dejar reducir al fuego durante 10 minutos a fuego alto.

Condimentar con el zumo de lima y el azúcar moreno. Repartir por encima los cacahuetes y las hojas de cilantro.





Pierna de cordero en cocción lenta

Ingredientes (4 personas):

25 g mantequilla

1 c/s aceite

4 piernas/jarretes de cordero lechal (aprox. 350 g cada una)

1 cebolla roja (200 g), cortada en 8 trozos

1 pimiento rojo, sin semillas, cortado

1 pimiento amarillo, sin semillas, cortado

2 c/s harina (o harina de arroz)

200 g vino blanco o jerez

450 g caldo de cordero (o de carne)

400 g tomates en lata

1 c/s puré de tomate

2 c/s hojas de romero picadas

1 cabeza de ajos, cortada por la mitad horizontalmente

3 c/s hojas de perejil picadas

Sal y pimienta

Preparación:

Calentar el aceite y la mantequilla en una cazuela y dorar el cordero. Reservar en la olla de cocción lenta.

Sofreír en la misma cazuela la cebolla durante 5 minutos. Incorporar el pimiento y cocinar 2 minutos más. Espolvorear con la harina, remover y verter el vino y el caldo. Llevar a ebullición, bajar el fuego, añadir el puré de tomate, remover y agregar los tomates, el romero y la cabeza de ajos. Verter la mezcla sobre el cordero, tapar y cocinar en función "baja" durante 6 horas, hasta que la carne se separe del hueso.

Retirar el ajo, sacar la pulpa, aplastarla y mezclar con la salsa. Probar, salpimentar al gusto y repartir el perejil por encima.

Sugerencias: se puede preparar en el horno, a 120 grados

Intolerantes a la lactosa: sustituir la mantequilla por aceite





Salchichas al curry con garbanzos

Ingredientes (4 personas):

1 c/s aceite
12 hojas de curry
½ c/c mezcla de polvo de 5 especias chinas (o panch phoran)
200 g cebolla, cortada en aros finos
2 c/c guindilla picada (sin semillas)
2 dientes de ajo, prensados
2 c/c jengibre fresco, rallado
1 c/c pimentón dulce
½ c/c curry en polvo
400 g tomates en trozos envasados (240 g peso neto)
1 c/c azúcar
1 c/c pasta de tamarindo
250 ml agua
400 g (240 g peso neto) garbanzos cocidos, escurridos
1 c/s hojas de cilantro, picadas
12 salchichas frescas

Preparación:

Calentar el aceite en una sartén y calentar las hojas de curry y la mezcla de 5 especias durante 1 minuto. Incorporar la cebolla y sofreír durante 5 minutos a fuego medio. Agregar la guindilla, los ajos y el jengibre, cocinar 1 minuto. Añadir el pimentón y el curry y cocinar 1 minuto más. Incorporar los tomates, el azúcar y la pasta de tamarindo, remover y cocinar 10-15 minutos, hasta que la salsa espese. Verter el agua, remover, llevar a ebullición, agregar los garbanzos y el cilantro y cocinar 5 minutos.

Mientras, dorar las salchichas en una sartén. Servir calientes con el curry de garbanzos.



Pescado



PESCADO

Bonito confitado en aceite {paso a paso}

Curry de lentejas y gambas

Pimientos del piquillo rellenos de setas y gambas

Salmón al ron



Bonito confitado en aceite {paso a paso}

Ingredientes (6 botes de 250 g):

Un bonito de 2-2,5 kg.

1 cabeza de ajos, partida por la mitad

2 hojas de laurel

10 granos de pimienta negra

10 granos de pimienta rosa

4 clavos de olor

19 grs. sal gorda

600 ml. aceite de oliva suave (o el suficiente para cubrir el bonito en la olla)



Cortaremos el bonito al mismo grosor que el alto de nuestros botes y lo dispondremos en una olla (que quepa justo, para no poner más aceite del necesario). Repartir en la olla el resto de ingredientes y cubrir con el aceite.

Confitar a 70 grados (comprobar con termómetro, de lo contrario lo cocinaréis) durante 15 minutos. Apagar el fuego y dejar enfriar en la olla una noche.

Retirar el bonito del aceite y limpiarlo de piel y espinas. Colar el aceite.

Disponer el bonito en los botes esterilizados y cubrir con el aceite del confitado. Cerrar bien los botes y los envasamos al vacío poniendo los botes (para evitar que choquen, podéis poner un trapo en el fondo) en una olla con agua a 90 grados (antes del punto de ebullición) y cocer durante 30 minutos. Apagar el fuego y dejar enfriar dentro de la olla.





Curry de lentejas y gambas

Ingredientes (4 personas):

3 c/s aceite
200 g cebolla, picada
6 dientes de ajo, prensados
1 c/s jengibre fresco, rallado
1/4 c/c cúrcuma en polvo
1/4 c/c cayena en polvo
1 c/s comino en polvo
1 c/s cilantro en polvo
1 c/s puré de tomate (concentrado)
1 c/c pasta de tamarindo (o zumo de limón)
400 g tomates en lata
100 g lentejas naranjas
700 ml caldo de verduras
1 c/c garam masala (casero, receta en el blog)
200 g gambas, sin cabeza, peladas
1 c/s hojas de cilantro, picadas
1 cebolla roja, cortada en aros finos

Preparación:

Calentar 2 cucharadas de aceite en una cazuela y sofreír la cebolla durante 10 minutos a fuego suave. Agregar los ajos, el jengibre, la cúrcuma, la cayena, el comino y el cilantro, remover y cocinar el conjunto durante 3 minutos. Añadir el puré de tomate y la pasta de tamarindo, remover e incorporar los tomates en lata. Cocinar durante 8-10 minutos, removiendo, hasta que la salsa espese.

Añadir las lentejas y el caldo, llevar a ebullición, bajar el fuego, tapar y cocinar durante 1 hora, removiendo.

Salas las gambas, agregarlas a la cazuela y cocinar 5 minutos, hasta que cambien de color. Servir el curry con las hojas de cilantro y la cebolla roja.





Pimientos del piquillo rellenos de setas y gambas

Ingredientes (4 personas):

200 g gambas
2 c/s aceite
200 g mezcla de setas, limpias y picadas
60 g harina (o harina de arroz)
400 ml leche
2 dientes de ajo, prensados
Nuez moscada molida
Sal y pimienta negra molida

12 pimientos del piquillo en conserva, escurridos
3 gambas para el acabado (opcional)

Ingredientes para la salsa:

150 g cebolla, picada
1 diente de ajo, prensado
1 c/s aceite
6 pimientos del piquillo en conserva, cortados
1 c/s harina (o harina de arroz)
250 ml agua
Sal





Pimientos del piquillo rellenos de setas y gambas

Preparación del relleno:

Dorar las gambas en el aceite. Dejar templar, pelar y pasar las cabezas y las cáscaras por el chino. Picar las gambas muy pequeñas.

En el mismo aceite, saltear las setas durante 10 minutos a fuego medio, hasta que pierdan el agua. Salpimentar y agregar la harina, tostándola un par de minutos. Verter la leche para hacer la bechamel, junto al líquido resultante de pasar las cáscaras por el chino. Remover con las varillas y condimentar con sal, pimienta y nuez moscada. Cuando haya espesado, agregar las gambas picadas y mezclar bien. Reservar en una manga pastelera, y una vez fría, reservar en la nevera (puede ser una noche).

Preparación de la salsa:

Sofreír la cebolla y el ajo en una sartén con el aceite durante 5 minutos a fuego bajo. Incorporar los pimientos del piquillo y mezclar. Agregar la harina y tostarla 2 minutos. Verter el agua y remover con las varillas para que nos formen grumos, cocinar durante 5 minutos hasta que espese. Triturar hasta que quede una mezcla fina (añadir más agua si queda muy espesa).

Montaje:

Rellenar los pimientos del piquillo con el relleno de gambas que habíamos reservado en la manga pastelera. Disponer en una cazuela, cubrir con la salsa y calentar en el horno a 180 grados durante 15 minutos.

Sugerencias: se puede congelar, pimientos rellenos y salsa aparte (aunque esta es mejor prepararla al momento)





Salmón al ron

Ingredientes (4 personas):

4 lomos de salmón (aprox. 180 g cada uno)

250 g ron negro

175 g azúcar moreno

80 g sal gorda

1,5 c/s pimienta negra molida

Preparación:

Disponer el salmón en una bandeja pequeña (que quepa el salmón justo) y cubrir con el ron. Reservar en la nevera 15 minutos.

Mezclar en un cuenco el azúcar con la sal y la pimienta. Repartir 1/3 parte de esta mezcla en una bandeja, disponer el salmón (secar con papel de cocina) encima y cubrir con el resto de la mezcla de sal. Tapar con film transparente y dejar reposar una noche en la nevera, para que la sal absorba el máximo de líquido del salmón.

Quitar la sal del salmón bajo el agua fría y secar con papel de cocina.

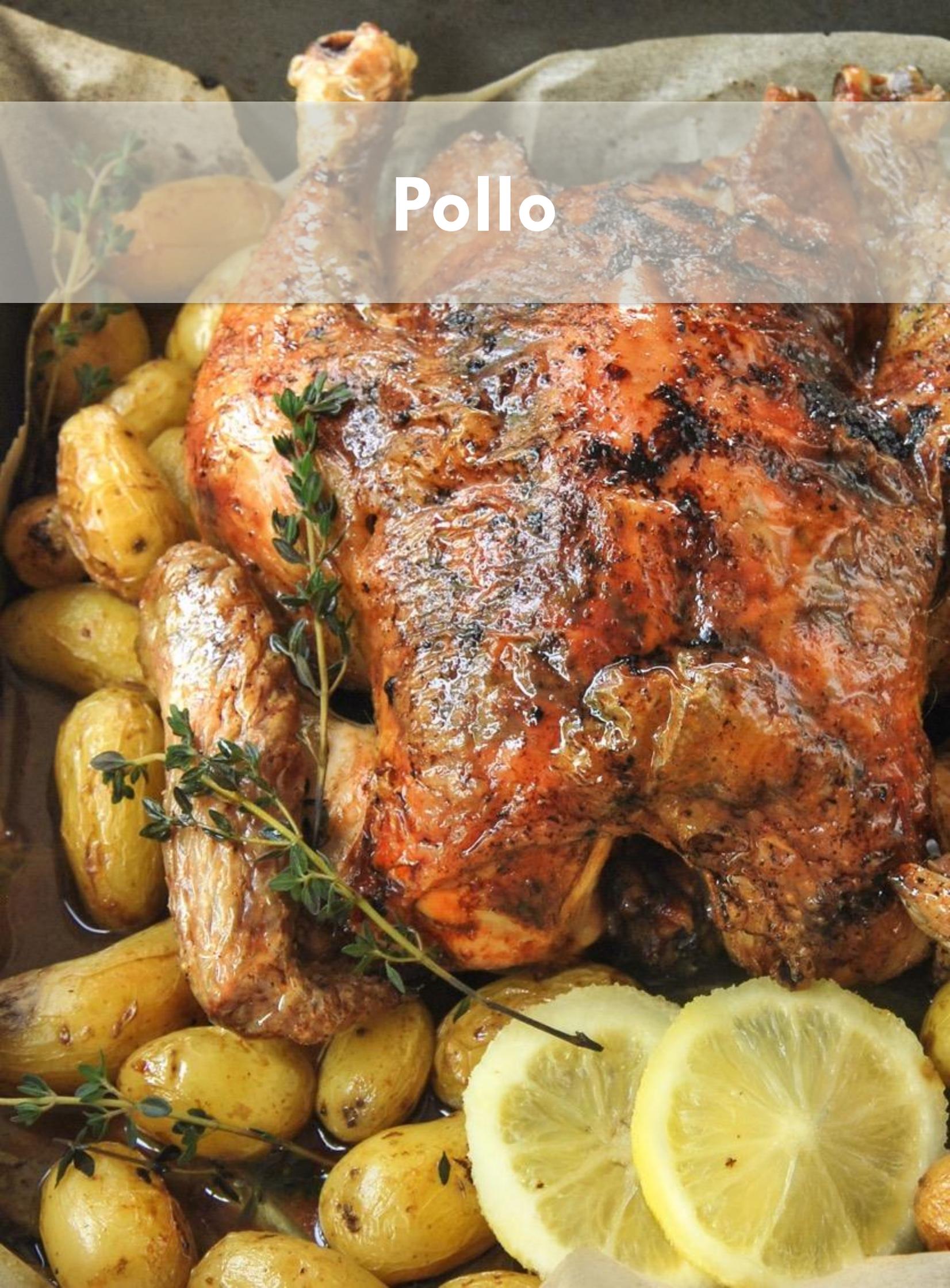
El salmón se puede preparar en el horno a 180 grados durante 10-12 minutos, en una sartén con silpat o mantequilla (5 minutos por la parte de piel y 3 minutos por la otra) o en el airfryer (a 180 grados 8-10 minutos, depende del modelo).

Sugerencias: en la barbacoa también queda muy bueno, utilizando maderas para ahumar

Podéis preparar más cantidad y congelarlo para preparar ensaladas o bocadillos



Pollo



POLLO Y AVES

Coq au Riesling {Pollo con champiñones}

Muslitos de pollo con salsa de soja y estrellas de anís

Muslitos de pollo marinados con miel y mostaza

Patatas rellenas con pollo

Pollo a la marroquí con garbanzos

Pollo al horno con boniatos, tomatitos y cebolla roja

Pollo asado al horno

Pollo con cúrcuma y espinacas

Pollo con salsa de macadamia y mostaza

Pollo con salsa de puerros y guisantes

Pollo marinado {airfryer}



Coq au Riesling {Pollo con champiñones}

Ingredientes (4-6 personas):

2 c/s aceite
70 g mantequilla
12 chalotas, peladas, enteras
3 dientes de ajo, prensados
160 g bacon, cortado a tiras
250 g champiñones, cortados si fueran grandes
1,7 kg pollo, cortado a octavos (o piernas o contramuslos, con hueso y piel)
500 g Riesling o jerez
350 g caldo de pollo
1 hoja de laurel
2 ramas de tomillo
100 g leche de coco (o nata para cocinar)
1 yema de huevo
3 c/s hojas de perejil picadas
Sal y pimienta

Preparación:

Sofreír en una cazuela con la mitad del aceite y la mitad de la mantequilla, las chalotas, los ajos y el bacon durante 8 minutos. Incorporar los champiñones y cocinar 5 minutos más. Reservar en un plato.

En la misma cazuela, calentar el resto del aceite y la mantequilla y dorar el pollo en dos veces. Agregar el jerez, el caldo, el laurel, el tomillo y la mezcla de chalotas. Salpimentar y cocinar 20 minutos, sin tapar, a fuego medio. Colar la salsa, reducirla en un cazo 10 minutos y mezclarla con la leche de coco y la yema de huevo. Verter sobre el pollo, a fuego bajo, calentar el conjunto y terminar con el perejil.

Intolerantes a la lactosa: sustituir la mantequilla por aceite de coco o aceite





Muslitos de pollo con salsa de soja y estrellas de anís

Ingredientes (4 personas):

330 ml salsa de soja
160 g azúcar moreno
125 ml vino shaoxing
1 rama de canela
4 anís estrellado
750 ml agua
8 muslitos de pollo
3 c/s sambal
2 c/c aceite de sésamo
5 c/s vinagre de arroz
280 g fideos finos de arroz
3 cebolletas, picadas

Preparación:

Disponer en un cazo la salsa de soja, el azúcar moreno, el shaoxing, la rama de canela, el anís estrellado y el agua. Llevar a ebullición, introducir los muslitos de pollo y cocinar a fuego bajo durante 45 minutos. Apagar el fuego y dejar enfriar.

Retirar los muslitos del líquido de cocción y repartir 500 ml de este en 4 cuencos.

Mezclar en un bol el sambal, el aceite de sésamo y el vinagre de arroz.

Preparar los fideos de arroz según instrucciones del fabricante, repartirlos en los cuencos, junto al pollo, la mezcla de sambal y las cebolletas.





Muslitos de pollo marinados con miel y mostaza

Ingredientes (4 personas):

80 ml aceite

90 g miel

60 ml salsa de soja

60 g mostaza de Dijon

60 ml zumo de limón

4 dientes de ajo, prensados

24 muslitos de pollo (del ala)

Preparación:

Disponer todos los ingredientes en una bolsa, mezclar bien para que el pollo quede bien cubierto y reservar una noche en la nevera, girando la bolsa de vez en cuando.

Disponer los muslitos en un grill apto para el horno (con una bandeja debajo, para que caiga la marinada) y hornear a 200 grados durante 20 minutos, girándolos 3-4 veces y pintándolos con la marinada de la bandeja.

Se pueden hacer en el airfryer, a 180 grados durante 15 minutos (depende del modelo).





Patatas rellenas con pollo

Ingredientes (4 personas):

4 patatas grandes (250 g cada una)
60 g mantequilla, a temperatura ambiente
1 c/s aceite
Una pizca de sal

Ingredientes para el relleno:

500 g contramuslos de pollo, sin piel ni hueso, cortado en dados pequeños
1 c/c sal
2 claras de huevo M
2 c/s maizena
400 ml aceite, para freír
100 g de cebolla, picada
2 diente de ajo, prensados
1 pimiento rojo, cortados en trozos
1 zanahoria (75 g), cortada en daditos
2 c/s salsa de chili dulce
1 c/s salsa de soja
1 c/s salsa de pescado
60 ml agua
200 ml nata para cocinar (o leche de coco)
½ c/c pimienta negra molida
1 c/c pimentón dulce





Patatas rellenas con pollo

Preparación:

Pintar las patatas lavadas y secas con el aceite, salar y hornear a 175 grados durante 1 hora. Estarán lista cuando al pincharlas con un palillo, este no ofrezca resistencia. Retirar del horno, abrir por la mitad y repartir la mantequilla en el centro, mezclándola con la patata con la ayuda de un tenedor.

Mientras, preparar el relleno: mezclar el pollo en un cuenco con la sal, las claras de huevo y la maizena.

Calentar el aceite en una sartén amplia y dorar el pollo durante 2 minutos.

En otra sartén, calentar un poco de aceite y sofreír la cebolla y el ajo durante 2 minutos. Incorporar el pimiento y la zanahoria y cocinar 3 minutos más. Condimentar con la salsa de chili dulce, la salsa de soja, la salsa de pescado y el agua. Cocinar el conjunto 3 minutos. Agregar la nata para cocinar, el pollo, la pimienta negra y el pimentón dulce. Remover bien y calentar el conjunto 4 minutos. Servir la mezcla sobre las patatas.

Sugerencias: las patatas se pueden hacer en el microondas durante 8 minutos a máxima potencia, no quedan igual, pero están buenas

Intolerantes a la lactosa: sustituir la mantequilla por margarina





Pollo a la marroquí con garbanzos

Ingredientes (4 personas):

1 c/c cúrcuma en polvo
1 c/s pimentón dulce
1 c/c comino en polvo
1 c/c cilantro en polvo
1 c/s harissa
½ c/c jengibre en polvo
Sal y pimienta

6 piernas de pollo (o un pollo a cuartos o contramuslos con hueso)
3 c/s aceite
200 g caldo de pollo
1 cebolla (150 g), picada
2 dientes de ajo, prensados
200 g garbanzos envasados, escurridos
50 g pasas
Hojas de perejil o cilantro, picadas

50 g couscous (o arroz hervido)

Preparación con olla de cocción lenta:

Mezclar todas las especias (cúrcuma, pimentón, comino, cilantro, harissa y jengibre), sal, pimienta y rebozar el pollo con ellas.

Dorar el pollo en una cazuela con el aceite y reservarlo en la olla de cocción lenta. Verter el caldo caliente y agregar la cebolla y los ajos. Cocinar en función "baja" durante 4 horas. Agregar el couscous, los garbanzos y las pasas y cocinar 1 hora más. Servir con las hojas de perejil.





Pollo a la marroquí con garbanzos

Preparación sin olla de cocción lenta:

Mezclar todas las especias (cúrcuma, pimentón, comino, cilantro, harissa y jengibre), sal, pimienta y rebozar el pollo con ellas.

Dorar el pollo en una cazuela con el aceite y reservarlo.

Sofreír la cebolla y los ajos en la misma cazuela durante 3 minutos. Devolver el pollo a la cazuela, verter el caldo caliente, tapar y cocinar a fuego medio durante 2 horas, hasta que el pollo esté hecho.

Cocinar el couscous como indique el fabricante y agregarlo a la cazuela, junto a los garbanzos y las pasas y cocinar 10 minutos más. Servir con las hojas de perejil.





Pollo al horno con boniatos, tomatitos y cebolla roja

Ingredientes (4 personas):

50 g mantequilla
1 rama de canela
5 vainas de cardamomo, aplastadas
5 clavos de olor
1 c/s jengibre rallado
2 dientes de ajo, prensados
1,2 kg boniatos, pelados y cortados en dados de 5 cm
2 cebollas rojas, cortadas a cuartos
500 g tomates rojos pequeños (no Cherry)

La ralladura de 1 lima
1 c/s zumo de lima
1 c/s jengibre rallado
2 dientes de ajo, prensados
2 c/c pimentón de la Vera
1 c/c cúrcuma
2 c/c comino en polvo
125 g yogur
1 c/s aceite
1 c/c Sal Maldón
1 pollo de 1,5 kg

150 g leche de coco (o nata para cocinar)





Pollo al horno con boniatos, tomatitos y cebolla roja

Preparación:

Disponer en una bandeja apta para horno la mantequilla junto a la rama de canela, el cardamomo, los clavos, el jengibre y los ajos. Hornear a 200 grados durante 3-5 minutos, hasta que la mantequilla esté derretida. Retirar del horno y mezclar con los boniatos, las cebollas y los tomates. Disponer el pollo encima de las verduras.

Mezclar en un cuenco la ralladura de lima, el zumo, el jengibre, los ajos, el pimentón, la cúrcuma, el comino, el yogur, el aceite y la sal y repartir encima del pollo. Hornear 1,15 h. Tapar con papel de aluminio a media cocción si se tostara demasiado.

Retirar la bandeja del horno, reservar el pollo y el boniato en un plato. Verter la leche de coco en la bandeja, mezclar con los tomates, las cebollas y los jugos. Reservar en un bol.

Devolver el pollo y los boniatos a la bandeja y cubrir con la salsa. Dejar reposar 10 minutos en el horno apagado (caliente).





Pollo asado al horno

Ingredientes (4 personas):

1 pollo entero aprox. 1,8 kg
1 kg patatas, peladas y cortadas a trozos
300 g boniatos, pelados y cortados a trozos (del mismo tamaño que las patatas)
50 g coñac
Sal y pimienta

Ingredientes para el adobo:

5 dientes de ajo, pelados
4 c/s hojas de perejil
1 guindilla, sin semillas, cortada
1 c/c sal
75 g aceite de oliva

Preparación:

Triturar todos los ingredientes del adobo. Pintar el pollo, salpimentado, por el interior y el exterior con el adobo. Disponerlo en una bandeja apta para horno, junto a las patatas y los boniatos.

Hornear a 170 grados durante 45 minutos. Verter el coñac por encima del pollo, girarlo y hornear 45 minutos más.

Retirar la bandeja del horno, tapar con papel de aluminio, dejar reposar 10 minutos, cortar el pollo y servir.





Pollo con cúrcuma y espinacas

Ingredientes (4 personas):

8 contramuslos de pollo (1 kg), con hueso y piel

1 c/c cúrcuma en polvo

1 c/c comino en polvo

2 dientes de ajo, prensados

1 c/s jengibre fresco, rallado

50 ml leche de coco

100 g cebolla, cortada fina

250 g hojas de espinacas, picadas groseramente

1 c/s jarabe de arce (o miel)

150 ml leche de coco

150 ml agua

Preparación:

Disponer en una bolsa alimentaria el pollo con la cúrcuma, el comino, los ajos, el jengibre y 50 ml de leche de coco. Dejar marinar una noche en la nevera.

Disponer en una bandeja de horno la cebolla con las espinacas, el resto de leche de coco, el jarabe de arce y el agua. Hornear a 160 grados (en horno de aire, en horno convencional a 180) durante 30 minutos. Cubrir las verduras con el pollo y la marinada y hornear 30 minutos más.

Dorar bajo el grill durante 8-10 minutos.





Pollo con salsa de macadamia y mostaza

Ingredientes (4 personas):

2 c/s aceite
1 cebolla (150 g), cortada
2 c/c semillas de mostaza
500 g contramuslos, sin hueso ni piel, cortado en dados de bocado
2 c/s salsa de soja
1 c/s vinagre
60 g agua caliente
Hojas de cilantro, picadas, para servir

Ingredientes para la pasta de especias:

50 g macadamias (sin sal)
1 guindilla, sin semillas
1 c/s jengibre, rallado
2 c/c cilantro en polvo
1/2 c/c cúrcuma en polvo

Preparación:

Triturar todos los ingredientes de la pasta de especias. Agregar 2 cucharadas de agua para que quede una pasta.

Calentar el aceite en una sartén y sofreír la cebolla durante 3-4 minutos. Incorporar la mostaza y cocinar 30 segundos, hasta que empiece a crepitar. Agregar la pasta de especias y cocinar 30 segundos, hasta que suelten los aromas.

Añadir el pollo, la salsa de soja, el vinagre y el agua. Remover y cocinar 10 minutos, hasta que el pollo esté hecho y la salsa haya espesado. Servir con el cilantro.





Pollo con salsa de puerros y guisantes

Ingredientes (4 personas):

2 c/s aceite

1 c/s mantequilla

2 puerros, cortados en rodajas finas

8 contramuslos de pollo, con piel y hueso (aprox. 1 kg)

500 ml caldo de pollo

1 c/s mostaza de Dijon

75 g crème fraîche (o leche de coco)

200 g guisantes congelados

Preparación:

Calentar el aceite y la mantequilla en una cazuela y sofreír los puerros durante 10 minutos a fuego medio.

Mientras, dorar el pollo, con la piel hacia abajo, en una sartén antiadherente, girar y cocinar por el otro lado (la piel dejará aceite suficiente). Disponer el pollo en la cazuela con los puerros. Verter el caldo, llevar a ebullición, bajar el fuego y cocinar durante 30 minutos a fuego bajo.

Incorporar la mostaza, la crème fraîche y los guisantes. Cocinar 5 minutos, hasta que los guisantes estén hechos.

Intolerantes a la lactosa: sustituir la mantequilla por aceite





Pollo marinado {airfryer}

Ingredientes (4 personas, para picar):

500 g muslitos de pollo del ala
1/2 semillas de sésamo
2 c/s hojas de cilantro fresco, picadas
Salsa agri dulce

Ingredientes para la marinada:

40 ml salsa de soja
30 g miel
1,5 c/s vinagre de arroz
1/2 c/s jengibre fresco rallado
2 dientes de ajo, prensados
1/2 c/s aceite de sésamo

Preparación:

Mezclar todos los ingredientes de la marinada en una bolsa, introducir el pollo, mezclar bien y dejar reposar una noche en la nevera.

Disponer el pollo en el airfryer y cocinar a 180 grados durante 15 minutos hasta que estén dorados (el tiempo depende del modelo), girándolo a media cocción.

Servir el pollo acompañado del cilantro, el sésamo y la salsa agri dulce.

Sugerencias: se puede preparar en el horno, entonces subir la temperatura a 200 grados y ajustar el tiempo de cocción a 20-30 minutos, girándolos de vez en cuando



Postres



POSTRES

Alaska individual de helado de vainilla y caramelo
Bizcocho de manzana y mascarpone
Bizcocho de naranja y queso quark
Bizcocho de plátano con nueces
Blondie con manzana y caramelo salado
Buñuelos de ricotta
Cheesecake con bizcocho de pistachos y coulis de arándanos
Chocolate relleno de galleta
Crema pastelera sin leche
Lemon curd {método tradicional y microondas}
Pannacotta con salsa de caramelo a la pimienta negra
Rocas de chocolate y turrón de jijona
Rollo de nata con yema quemada
Tarta con lemon curd y frambuesas
Tarta de queso con manzana
Tarta helada de café y chocolate
Tarta individual con caramelo salado y manzana
Vasitos de cheesecake con mango y fruta de la pasión



Alaska individual de helado de vainilla y caramelo

Ingredientes (12 cm):

150 g bizcocho genovesa (ver receta con y sin gluten en el blog)

2 c/s caramelo salado

400 ml helado de vainilla

1 clara de huevo

50 g azúcar

Preparación:

Cortar rodajas del bizcocho de 1 cm de grosor y cubrir los laterales y fondo de un molde individual forrado con film transparente.

Pintar el bizcocho con caramelo salado. Rellenar el molde con helado de vainilla y terminar cubriendo con bizcocho. Prensar bien y tapar con film transparente. Reservar una noche en la nevera.

Batir la clara de huevo con el azúcar a punto de nieve. Desmoldar la tarta helada y cubrir con el merengue. Dorar con el quemador/soplete. Servir inmediatamente.

Versión rápida: puede servir perfectamente sustituir el bizcocho por magdalenas, utilizar dulce de leche en lugar de caramelo y comprar el helado.





Bizcocho de manzana y mascarpone

Ingredientes (23 cm):

250 g mascarpone, a temperatura ambiente

120 g azúcar

4 huevos M

200 g harina de trigo (sin gluten: 100 g harina de arroz y 100 g harina de avena)

7 g impulsor

1 pizca de canela en polvo

2 manzanas, peladas, sin corazón, ralladas

Ingredientes para el acabado:

2 manzanas, peladas, sin corazón, cortadas finas (ver aquí cómo)

1 c/s mermelada de melocotón o albaricoque, sin trozos

1 c/s agua

Preparación:

Batir el queso con el azúcar, hasta que esté homogéneo. Incorpora, uno a uno, los huevos y a continuación la harina tamizada con el impulsor y la canela, lo justo hasta que se integre. Agrega, con la ayuda de una espátula, las manzanas ralladas. Verter la mezcla en el molde, forrado con papel sulfurizado. Cubrir con las manzanas cortadas finas.

Hornear a 180 grados (aire) durante 1 hora, hasta que al introducir un palillo, esté salga limpio.

Dejar enfriar, sin desmoldar, encima de una rejilla 30 minutos. Calentar la mermelada con un poco de agua y pintar las manzanas, entonces desmoldar y dejar enfriar completamente.

Sugerencias: congela perfectamente





Bizcocho de naranja y queso quark

Ingredientes (molde rectangular 25×10 cm.):

3 huevos

160 g azúcar

200 g quark, a temperatura ambiente

100 g mantequilla, a temperatura ambiente

2 c/s ralladura de naranja

200 g harina de trigo (sin gluten: 100 g harina de arroz, 30 g almidón de maíz, 20 g fécula de patata, 30 g almidón de tapioca, 10 g harina de trigo sarraceno, 1 c/c goma xantana)

¼ c/c sal

1,5 c/c impulsor

Bizcocho de naranja con queso quark

Preparación:

Batir los huevos con el azúcar durante 3 minutos. Agregar el quark, la mantequilla y la ralladura. Tamizar la harina con la sal y el impulsor y agregar a la masa, justo hasta que esté homogéneo.

Disponer la mezcla en el molde forrado con papel sulfurizado y hornear a 160 grados durante 55-70 minutos, hasta que al introducir un palillo en el centro, este salga limpio.

Dejar enfriar encima de una rejilla.

Sugerencia: si no encontraras quark, puedes sustituirlo por yogur griego u otro queso batido.





Bizcocho de plátano con nueces

Ingredientes (2 moldes de 8×15 cm o 1 de 10×20 cm):

4 plátanos, triturados

125 ml aceite de oliva

3 huevos M

265 g azúcar moreno

1 c/c extracto de vainilla (casero, receta en el blog)

225 g harina de trigo (sin gluten: 115 g harina de arroz, 55 g fécula de patatas, 55 g tapioca)

10 g impulsor

1 c/c canela en polvo

150 g nueces, picadas groseramente

Preparación:

Disponer los plátanos, el aceite, los huevo, el azúcar moreno y el extracto en un bol, batir lo justo hasta que quede homogéneo. Con la ayuda de una espátula, añadir la harina tamizada con el impulsor y la canea. Por último, agregar las nueces. Disponer la mezcla en los moldes forrados con papel sulfurizado.

Hornear a 180 grados durante 40 minutos (si es el molde grande, 70 minutos). Estará hecho cuando al introducir un palillo, este salga limpio.

Dejar reposar 5 minutos, desmoldar y dejar enfriar completamente encima de una rejilla.





Blondie con manzana y caramelo salado

Ingredientes (18×18 cm):

110 g mantequilla, textura pomada

150 g azúcar moreno (o de coco)

1 c/s extracto de vainilla (casero, receta en el blog)

1 huevo M

110 g harina de trigo (sin gluten: 50 g harina de arroz, 50 g almidón de maíz, 10 g fécula de patata, 1 g goma xantana)

Una pizca de sal

1 manzana, sin piel, sin corazón, cortada a mini daditos

50 g caramelo salado (casero, receta en el blog)

Preparación:

Batir la mantequilla con el azúcar durante 3 minutos. Incorporar el huevo y el extracto y batir hasta que esté homogéneo. Agregar la harina, batiendo solo hasta que esté incorporada. Con la ayuda de una espátula, añadir las manzanas y el caramelo salado (si está muy espeso, calentarlo un poco antes).

Verter la mezcla en el molde forrado con papel sulfurizado y hornear a 175 grados (aire) durante 30-35 minutos, hasta que el borde esté hecho y el centro no del todo. Retirar del horno y dejar enfriar completamente dentro del molde.

Sugerencias: servir con una bola de helado de vainilla y algo más de caramelo salado (ambas recetas en el blog)





Buñuelos de ricotta

Ingredientes (40 unid.):

250 g ricotta

2 huevos L

1 c/c extracto de vainilla (casero, receta en el blog)

45 g azúcar

105 g harina de trigo) (sin gluten: 50 g harina de arroz, 15 g almidón de tapioca, 15 g fécula de patata, 15 g almidón de maíz, 5 g harina de sarraceno, 1/4 c/c goma xantana)

2 c/c impulsor

Azúcar, para el rebozado

Preparación:

Batir con las varillas la ricotta, los huevos, el extracto y el azúcar. Incorporar la harina tamizada con el impulsor. Reservar la mezcla en la nevera mientras se calienta el aceite de la freidora/olla.

Formar bolas con dos cucharas de postre e introducir en el aceite caliente (170 grados), freír 2-4 minutos, girándolos para que se doren uniformemente. Llevarlos a un plato con azúcar y rebozarlos.





Cheesecake con bizcocho de pistachos y coulis de arándanos

Ingredientes para el bizcocho:

1 huevo XL
60 g azúcar
60 g leche, a temperatura ambiente
60 g aceite de girasol
¼ c/c extracto de vainilla (casero, receta en el blog)
75 g harina de trigo (sin gluten: 20 g almidón de maíz, 20 g almidón de patata, 35 g harina de arroz, ¾ c/c goma xantana)
¼ c/c impulsor
40 g pistachos, triturados finos

Ingredientes para el cheesecake:

700 g queso crema
90 g nata 35% M.G.
125 g azúcar glas
1 c/c ralladura de limón
1 c/c extracto de vainilla (casero, receta en el blog)
2 c/s zumo de limón
4 hojas de gelatina

Ingredientes para el coulis de arándanos:

250 g arándanos (frescos o congelados, entonces dejar descongelar y escurrir bien)
100 g zumo de naranja
100 g azúcar
2 hojas de gelatina

20 g pistachos, picados groseramente, para el acabado





Cheesecake con bizcocho de pistachos y coulis de arándanos

Preparación del bizcocho:

Batir el huevo con el azúcar durante 3 minutos. Agregar la leche, el aceite y el extracto. Incorporar con la ayuda de una espátula la harina tamizada con el impulsor y a continuación añadir los pistachos. Verter en un molde desmontable de 18 cm, forrado con papel sulfurizado y hornear a 180 grados (aire) durante 25-35 minutos, hasta que, al introducir un palillo, este salga limpio. Dejar enfriar, en el molde, encima de una rejilla durante 10 minutos, entonces desmoldar y dejar enfriar completamente.

Preparación del cheesecake:

Hidratar la gelatina en agua fría mínimo 10 minutos.

Batir el queso crema, la nata, el azúcar glas, la ralladura y el extracto, justo hasta que esté homogéneo.

Calentar el zumo de limón y desleír la gelatina escurrida. Incorporar a la mezcla de queso.

Disponer el bizcocho en un aro de 16 cm, forrado con acetato (dejar sobresalir 2 cm encima de la altura) y verter el cheesecake. Reservar 30 minutos en la nevera.

Mientras, preparar el coulis:

Mezclar en un cazo los arándanos, el zumo de naranja y el azúcar, llevar a ebullición, bajar el fuego y cocinar 10 minutos, removiendo. Triturar y colar por una malla fina.

Calentar una cucharada de agua en el microondas o en un cazo y desleír la gelatina escurrida. Incorporar a la mezcla de arándanos. Repartir por encima del cheesecake. Dejar reposar en la nevera una noche. Decorar antes de servir con los pistachos picados.

Vegetarianos: utilizar agar-agar





Chocolate relleno de galleta

Ingredientes (una tableta 15×7 cm.):

100 g chocolate

30 g galletas (o sin gluten, ambas recetas en el blog), troceadas

Canela en polvo

Extracto de vainilla (casero, receta en el blog)

Preparación:

Derretir el chocolate en el microondas o al baño maría. Mezclar con las galletas, la canela y el extracto. Verter en el molde. Dejar enfriar en la nevera.





Crema pastelera sin leche

Las semillas de una vaina de vainilla

500 ml agua

150 g azúcar

4 yemas de huevo

45 g maizena

Preparación:

Llevar a ebullición el agua con las semillas de vainilla y 40 g de azúcar.

En un cuenco, batir con el tenedor las yemas con el resto del azúcar. Incorporar la maizena. Verter un poco de agua del cazo para diluir y a continuación echar las yemas en el cazo de nuevo.

Remover y dejar hervir 5 minutos. Retirar del fuego, tapar con film transparente (tocando la crema, para que no se forme una telilla) y dejar enfriar completamente.





... a good trip ...
TRIP

Lemon curd {método tradicional y microondas}

Ingredientes :

15 g maizena (desleída en un poco de zumo)
100 ml zumo de limón (exprimido o envasado)
125 g azúcar
3 huevos L
Una pizca de sal
30 g mantequilla, a daditos, temperatura ambiente

Preparación en microondas:

Poner todos los ingredientes, excepto la mantequilla, en el vaso de la batidora, batir, disponer la mezcla en un cuenco y poner en el microondas 1 minuto a máxima potencia. Remover con las varillas. Repetir 1 minuto más. Remover. 1 minuto más (si fuera necesario, en cuanto esté espeso no hace falta calentar más). Agregar la mantequilla, mezclar bien con la espátula y dejar enfriar.

Preparación tradicional al fuego:

Disponer la maizena desleída con un poco de zumo, el resto de zumo de limón, los huevos, el azúcar y la pizca de sal en un cazo, remover bien y ponerlo al fuego (muy bajo, para que el huevo no cuaje). Ir removiendo durante 25-30 minutos, hasta que espese (con un termómetro debe llegar a 80 grados). Retirar del fuego, mezclar con la mantequilla hasta que quede bien integrada y dejar enfriar.

El lemon curd se conserva bien una semana en la nevera o se puede congelar.





Pannacotta con salsa de caramelo a la pimienta negra

Ingredientes (6 unid):

3 hojas de gelatina

500 ml nata para montar (35% M.G.)

50 g azúcar

Una pizca de sal

Ingredientes para el caramelo:

100 ml nata para montar (35% M.G.)

2 c/c granos de pimienta negra, aplastados groseramente

50 g azúcar

50 ml agua

25 g mantequilla

Sal

Preparación de la pannacotta:

Hidratar la gelatina en agua fría mínimo 10 minutos.

Llevar a ebullición en un cazo la nata con el azúcar y una pizca de sal. Bajar el fuego y cocinar 10 minutos. Entonces agregar la gelatina escurrida, remover y repartir en 6 ramequines. Tapar con film transparente, dejar enfriar y reservar en la nevera hasta que cuaje (mínimo 4 horas).

Preparación del caramelo:

Calentar la nata con los granos de pimienta y cocinar 10 minutos.

En un cazo aparte, caramelizar el azúcar con el agua, sin remover, hasta que tenga un color dorado. Retirar del fuego, agregar la mantequilla y la nata caliente, removiendo. Devolver al fuego y cocinar a fuego bajo hasta tener una mezcla homogénea. Salar ligeramente.

Desmoldar la pannacotta y servir con el caramelo.

Vegetarianos: utilizar agar-agar en lugar de gelatina





Rocas de chocolate y turrón de jijona

Ingredientes (12 unid):

90 g chocolate negro, en gotas o picado

60 g turrón de jijona, rallado

75 g nueces, picadas groseramente

1 c/s sal Maldón

Preparación:

Derretir el chocolate en un cazo al baño maría o en el microondas a cortos intervalos.

Mezclamos el chocolate derretido con el turrón de jijona y las nueces. Dejamos reposar 5 minutos y con la ayuda de dos cucharas de postre, formamos montoncitos sobre una bandeja forrada con papel sulfurizado. Repartimos la sal Maldón por encima y dejamos enfriar en la nevera.

Sacarlas 15 minutos antes de consumir.





Rollo de nata con yema quemada

Ingredientes para el bizcocho (8-10 personas):

50 ml. leche

50 ml. aceite de cacahuete (u otro suave)

4 yemas de huevo L

80 grs. harina (o maizena tamizada 3 veces)

4 claras de huevo L

70 grs. azúcar

Una pizca de sal

Ingredientes para el relleno:

400 g nata para montar (35% M.G.)

40 g azúcar

Ingredientes para la yema pastelera:

4 huevos (230 g)

90 g agua

15 g maizena

230 g azúcar (el mismo peso que los huevos)

60 g azúcar, para el acabado

Preparación del biscuit (ver en el blog el paso a paso):

Batir con las varillas la leche con el aceite, las yemas y la harina tamizada con la sal. Reservar.

Batir las claras a punto de nieve añadiendo poco a poco el azúcar. Agregar suavemente con una espátula a la mezcla anterior, en 2-3 veces.

Disponer la mezcla en una bandeja para horno con una manga pastelera de 40×40 m., de forma que obtengamos una capa de bizcocho más un trozo para tapar (será la base), desechando los bordes, que quedarán secos.





Rollo de nata con yema quemada

Hornear a 160 grados durante 10 minutos (no debe quedar muy dorado o se romperá al enrollarlo). Retirar del horno, volcar sobre un nuevo papel sulfurizado, retirar el papel del horno con cuidado y cortar la medida del molde y forrar este (tibio). Reservar un rectángulo que servirá para cerrar el biscuit).

Preparación del relleno:

Montar la nata con el azúcar a punto de nieve. Rellenar el biscuit cuando esté frío. Tapar con el rectángulo reservado. Reservar en la nevera.

Preparación de la yema pastelera (puede ser el día anterior):

Disponer los huevos con el agua en un cazo.

Mezclar la maizena con el azúcar. Agregar al cazo con los huevos, a fuego bajo-medio (justo el punto de ebullición), removiendo constantemente. Cuando haya espesado, pasar a un plato y tapar con film transparente, para que no se forme una telilla y se seque.

Montaje:

Retirar el biscuit con nata de la nevera, repartir la yema pastelera por la parte superior, repartir el azúcar del acabado y quemar con el soplete.

Sugerencias: si no tenéis molde, podéis hacer simplemente un rollo, entonces es mejor congelar la nata para manipularlo mejor. Repartir sobre film transparente, de la misma longitud que el molde, enrollar y cerrar como si fuera un caramelo. Ponerlo dentro de un cartón de papel de cocina vacío (la mejor forma es hacer un corte a lo largo, para poder manipular la crema mejor). Congelar (mínimo) una noche.





Tarta con lemon curd y frambuesas

Ingredientes para la base (2 personas, corazón 15 cm):

20 g azúcar moreno
30 g mantequilla, pomada
40 g harina de trigo (sin gluten: 20 g harina de arroz, 20 g almidón de maíz)
1/4 c/c impulsor
1/4 c/c ralladura de limón
Un pizca de sal

Ingredientes para el relleno:

40 g mazapán, cortado en daditos
1/4 huevo M

120 g lemon curd (ver receta en el blog)
28 frambuesas
1 c/s pistachos triturados

Preparación de la base:

Batir con las varillas el azúcar moreno con la mantequilla y la ralladura de limón. Incorporar la harina tamizada con el impulsor y la sal. Formar una bola, tapar con film transparente y dejar reposar una hora en la nevera.

Triturar el mazapán con el huevo. Reservar en una manga pastelera.

Estirar la masa de la base hasta obtener un grosor de 5 mm. Forrar el fondo del molde. La masa se puede romper, entonces "repararla" con trozos de masa, luego se hornea bien. Reservar en la nevera mientras se calienta el horno.





Tarta con lemon curd y frambuesas

Repartir encima de la masa el mazapán. Hornear a 180 grados durante 20 minutos. La base estará lista cuando haya subido y esté dorada. Retirar del horno y dejar enfriar encima de una rejilla.

Preparación del relleno:

Repartir el lemon curd sobre la masa enfriada con ayuda de una manga pastelera. Decorar con las frambuesas y los pistachos.

Sugerencias: se conserva bien hasta dos días en la nevera (sin las frambuesas, estas ponerlas antes de servir o unas horas antes). Sacar 30 minutos antes de servir.





Tarta de queso con manzana

Ingredientes para la base (15 cm):

100 g nueces
40 g dátiles Medjoul
2 c/s harina de avena

Ingredientes para el relleno:

200 g queso crema
3 huevos M
1 c/s maizena
1/2 c/c extracto de vainilla (casero, receta en el blog)
40 g azúcar

Ingredientes para el acabado:

1 manzana, pelada, sin corazón, cortada a daditos
1 c/s agua
1 c/c canela en polvo

Preparación:

Triturar las nueces con los dátiles y la harina de avena. Repartir en el fondo del molde, forrado con papel sulfurizado y apretar con la base de un vaso para que quede uniforme. Reservar en la nevera.

Batir con las varillas el queso con los huevos, la maizena, el extracto y el azúcar hasta que quede homogéneo. Verter sobre la base y hornear a 170 grados durante 25 minutos. Retirar del horno y dejar enfriar, sin desmoldar, encima de una rejilla. Reservar en la nevera una noche.

Disponer la manzana en un cazo con el agua y la canela y cocinar 10 minutos, removiendo. Repartir encima de la tarta.





Tarta helada de café y chocolate

Ingredientes (10×25 cm):

150 g chocolate puro, picado (o gotas)

2 c/c café soluble

320 g leche condensada (o leche de coco condensada)

200 ml nata para montar (35% M.G.)

250 g queso mascarpone

Preparación:

Derretir el chocolate al baño maría o en el microondas.

Mezclar el café soluble con 1 cucharada de agua caliente y remover bien.

Batir la leche condensada, la nata y el mascarpone hasta que esté homogéneo. Repartir la mitad en un cuenco.

Añadir el café soluble al resto de la mezcla, batiendo bien para que quede incorporado.

Forrar el molde con film transparente, quedando suficiente para luego poder taparlo, echar un poco de la mezcla sin café, repartir un par de cucharadas de chocolate derretido, echar un poco de mezcla de café y repetir hasta terminar. Tapar con el film y guardar una noche en el congelador.





Tarta individual con caramelo salado y manzana

Ingredientes para la base (8 unid 8×3 cm):

40 g azúcar moreno

60 g mantequilla, textura pomada

80 g harina de trigo (sin gluten: 60 g harina de avena y 20 g harina de almendras)

1/2 c/c impulsor

1/4 c/c ralladura de limón

Una pizca de sal

75 g mazapán, cortado en daditos

1/2 huevo L

Caramelo salado (casero, receta en el blog)

1 manzanas (yo utilizo fuji), peladas, sin corazón, cortadas a dados

8 grs. mantequilla

1 c/s azúcar moreno

1 c/c canela en polvo

Preparación de la base:

Batir con las varillas el azúcar moreno con la mantequilla y la ralladura de limón. Incorporar la harina tamizada con el impulsor y la sal. Formar una bola, tapar con film transparente y dejar reposar una hora en la nevera.

Caramelizar la manzana en una sartén con la mantequilla, el azúcar moreno y la canela a fuego medio durante 5 minutos (los daditos deben quedar enteras). Dejar enfriar.





Tarta individual con caramelo salado y manzana

Dividir la masa de la base en 8 porciones y rellenar los moldes (no hace falta enmantequillar).

Triturar el mazapán con el huevo. Reservar.

Con una manga pastelera, poner una capa de mazapán sobre la base. Hornear a 180 grados durante 20 minutos. La base estará lista cuando haya subido y esté dorada. Retirar del horno y dejar enfriar encima de una rejilla, dentro del molde.

Antes de servir, repartir una capa de caramelo salado (con manga pastelera es más fácil) encima de la base enfriada y cubrir con los daditos de manzana.

Sugerencias: la base se puede congelar

Las manzanas se pueden hacer el día anterior y reservar en la nevera

El caramelo salado aguanta semanas en la nevera. Este se puede sustituir por crema pastelera





Vasitos de cheesecake con mango y fruta de la pasión

Ingredientes (4 personas):

20 g mantequilla, a temperatura ambiente

80 g galletas (a vuestra elección, receta con y sin gluten en el blog), trituradas

70 g queso crema

140 g nata para montar (35% M.G.)

60 g azúcar glas

140 g pulpa de fruta de la pasión

1 mango, cortado a daditos

Pistachos picados, para el acabado

Preparación:

Mezclar la mantequilla con las galletas trituradas. Repartir en el fondo de 4 vasitos. Reservar en la nevera.

Batir el queso crema y la nata para montar con el azúcar glas durante 3 minutos.

Pasar la pulpa de fruta de la pasión por un colador para desechar las pepitas. Mezclar el zumo con la nata montada y repartir en los vasitos. Dejar reposar mínimo 2 horas en la nevera.

Servir los vasitos cubiertos del mango a daditos y los pistachos picados.



Este es un libro gratuito. Se puede distribuir a cualquier persona con la que quieras compartir estas recetas, siempre que el documento no quede alterado. No se puede utilizar la obra original con finalidades comerciales, ni en webs con ánimo de lucro.

Este libro se puede descargar desde www.blogexquisit.es