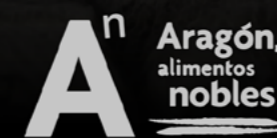
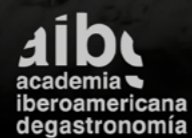


RECETARIO 2022/23

CON LA COLABORACIÓN INSTITUCIONAL DE



SARA FERNÁNDEZ

Partiendo de la base de que la gastronomía es un gran valor que nos ayuda a que el mensaje y el trabajo que estamos realizando como destino sostenible se refuerce, hemos acometido varias acciones desde que la ciudad es Capital Iberoamericana de la Gastronomía Sostenible.

Uno de los proyectos más internacionales es este recetario único, iberoamericano y original con productos km 0 y agroproductos zaragozanos, que está en formato digital y cualquier ciudadano puede descargar o consultar.

Es impresionante ver cómo hay recetas que llegan de México, República Dominicana, Venezuela, Perú, Ecuador o Costa Rica (por citar algunos países) en las que figuran nuestros ingredientes y que reafirman que Zaragoza siempre será una ciudad sabrosa, saludable, solidaria, y por supuesto, sostenible.



RAFAEL ANSÓN

Si hay algo que defendemos desde la Academia Iberoamericana de Gastronomía es que la sostenibilidad es una de las 4 eses de la gastronomía del siglo XXI (a la que se unen la salud, la satisfacción y la solidaridad).

Y este recetario pone de relieve el valor de cada una de ellas, porque más de una veintena de chefs –desde Estados Unidos hasta Paraguay, pasando por España– ha creado nuevos platos o ha reinterpretado los suyos propios empleando productos aragoneses.

El resultado es una obra magnífica, colaborativa e inédita, en la que se premian los rasgos distintivos de una tierra como Aragón, con una altísima calidad en sus productos, y se demuestra que la gastronomía es el mejor escenario para la diversidad y el talento.



ÍNDICE

ALIMENTOS

ALIMENTO	5
· “ACEITE DEL BAJO ARAGÓN” DOP	6
· “ACEITE SIERRA DEL MONCAYO” DOP	6
· “CEBOLLA FUENTES DE EBRO” DOP	7
· “MELOCOTÓN DE CALANDA” DOP	7
· “JAMÓN DE TERUEL” / “PALETA DE TERUEL” DOP	8
· “TERNASCO DE ARAGÓN” IGP	8
· ARROZ “C’alial”	9
· BORRAJA “C’alial”	9
· LONGANIZA DE ARAGÓN “C’alial”	10
· CARDO DE CADRETE	10
· TOMATE ROSA DE BARBASTRO	11
· TRUFA NEGRA DE ARAGÓN	11
· CALIDAD DIFERENCIADA DE ARAGÓN	12
· ACEITE DE OLIVA EMPELTRE / AJO DE ARÁNDIGA	13
· ALCACHOFA RIBERA DE EBRO / CALABACÍN DE GUÍAS DE MALLÉN	13
· COGOLLO / COLES Y ESPINACAS ZARAGOZA	14
· ESCAROLA / LECHUGA ROMANA	14
· PIMIENTO DEL VALLE DE EBRO	15
· QUESO DE ARTESANIA ALIMENTARIA DE ARAGÓN / SETAS Y HONGOS	15

CHEFS	16	MARÍA JOSÉ MEDA	38
ANA LEBRÓN	17	· CEVICHE DE PERROCHICOS, REBOZUELO Y LUBINA CON ENSALADA DE VEGETALES DE ARAGÓN Y LECHE DE TIGRE	38
· DE MARES Y ENCANTOS	17		
BETTY VÁZQUEZ	19	MIGUEL XAVIER MONAR	39
· TERNASCO DE ARAGÓN VERSIÓN MEXICANA	19	· SECO DE TERNASCO	39
DAVID BOLDOVA	20	MONTSE ABELLÁ	40
· GAMBA ROJA, ANGUILA, HORTALIZAS DE ZARAGOZA, AZAFRÁN DE MONREAL DEL CAMPO Y CAVIAR DE ESTURIÓN DEL PIRINEO	20	· BIZCOCHO DE ACEITE DE OLIVA CON CREMA DE QUESO, MANZANA Y TRUFA NEGRA	40
EDUARD XATRUCH, ORIOL CASTRO Y MATEU CASAÑAS	21	ÓSCAR VELASCO	41
· LÁMINAS DE TERNERA CON ROYAL DE TUÉTANO Y TRUFA	21	· ALCACHOFAS, APIONABO Y TRUFA NEGRA CON JUGO DE JAMÓN Y CENTENO	41
FRANCISCO BROCCOLO	24	RAQUEL SÁNCHEZ	42
· TARTA DE MELOCOTÓN DE CALANDA	24	· BORRAJA “C’ALIAL” Y ALCACHOFA	42
FRANCIS PANIEGO	25	RICARDO CENTENARO	43
· VENTRESCA DE BONITO DEL NORTE CON MELÓN A LA PARRILLA, FLORES Y JUGO CON AROMA DE PINO	25	· CÓCTEL DE LA CAPITALIDAD	43
GIANNINA ORTEGA	27	SARITA GAROFALO	45
· ARROZ CON POLLO	27	· KA’I KU’A	45
GRACE RAMÍREZ	28	· BOCADO DE TORTA NEGRA Y SURUBÍ AHUMADO	46
· GUASACACA	28	· SOPA DE PALMITO CON ACEITE DE TAYAO	46
IVÁN CERDEÑO	29	TEBA CASTAÑO	47
· BRANDADA DE BACALAO	29	· TOMATE EN TEXTURAS CON PESTO DE BORRAJA “C’ALIAL” Y ALMENDRAS, MAYONESA DE EMPELTRE Y MELOCOTÓN AGRIDULCE	47
JOSHEF ARIAS	30	TOÑO PÉREZ	48
· SECO DEL NORESTE	30	· JAMONESA	48
JOSÉ MILITELLO	31	GLOSARIO	50
· ARROZ MELOSO “C’ALIAL” DE ALCACHOFAS Y LONGANIZA DE GRAUS	31	GLOSARIO	51
· “TERNASCO DE ARAGÓN” IGP EN SALSA DE ESPECIAS, PURÉ DE CEBOLLA CARAMELIZADA Y ALCACHOFA	32	· GLOSARIO	51
JUAN ANTONIO MEDINA	33		
· CARACOLAS DE CALABACÍN SOBRE CALDO DE CEBOLLA ROJA Y TOQUES FRESCOS AL ESTILO TATEL	33		
LUIS GUILLERMO CASTRO	34		
· CROQUETAS DE YUCA CON “JAMÓN DE TERUEL” DOP	34		
· PICADILLO DE PLÁTANO VERDE CON BORRAJA “C’ALIAL” Y “TERNASCO DE ARAGÓN” IGP			
MANUEL RODRIGO	35		
· ALCACHOFAS RELLENAS DE PRALINÉ DE ALMENDRAS Y AJO NEGRO	35		
· HERENCIA MORA: BAKLAVA DE PISTACHOS Y ALBARICOQUE	36		

A close-up, low-key photograph of a green artichoke. The artichoke is the central focus, with its layered, waxy leaves clearly visible. The lighting is dramatic, highlighting the texture of the leaves against a dark, almost black background. A black rectangular text box is overlaid horizontally across the middle of the artichoke, containing the word "ALIMENTOS" in white, uppercase, sans-serif font.

ALIMENTOS

“ACEITE DEL BAJO ARAGÓN” DOP



El aceite acogido a esta Denominación de Origen se elabora a partir de las variedades de aceitunas empeltre, arbequina y royal de la especie olea europea L. Recoge el nordeste turolense y el sudeste de la provincia de Zaragoza, un ámbito geográfico que pasa por ser una de las zonas productoras de aceite de oliva más importantes de la zona norte de España. Ocupa una superficie cultivada de 37.000 hectáreas, con una densidad media de 70 olivos/ha, y está compuesta por 77 municipios.

Se caracteriza por ser suave, de color amarillo dorado al oro viejo (con suaves reflejos verdosos) y de sabor frutado al principio de campaña, tornándose más dulce y delicado conforme avanza.

En nariz destacan las notas de fruta verde, con recuerdos de hierba fresca y manzana, resultando muy delicado. De cuerpo medio y tacto en boca untuoso, es dulce, equilibrado y con moderado amargor final.

Resulta perfecto para ensaladas, cremas, guisos de carne y de verduras.

“ACEITE SIERRA DEL MONCAYO” DOP



La Denominación de Origen se encuentra situada al oeste de Aragón, ocupando el noroeste de la provincia de Zaragoza formando una unidad morfológica, geográfica e histórica homogénea que comprende las comarcas de Tarazona y el Moncayo y Campo de Borja, con más de 2.500 hectáreas de olivo para un total de 34 municipios.

La Denominación de Origen Sierra del Moncayo reconoce las variedades empeltre, arbequina, negral, verdial y royal. Los aceites virgen extra de Sierra del Moncayo presentan aromas claramente frutados de aceituna verde y/o madura y frutos secos, asegurando un producto final multivarietal con propiedades propias y únicas que le hacen diferente al resto de las comarcas olivareras.

Son aceites equilibrados entre el amargo y el picante.



“CEBOLLA FUENTES DE EBRO” DOP



La Cebolla de Fuentes de Ebro es una cebolla dulce que se produce en el citado pueblo y en sus alrededores.

Se caracteriza, aparte de por su dulzor, por acumular mucha agua y por no ser tan agresiva como el resto de cebollas.

Además, dada su baja concentración de azufre, tiene mucho menos retrogusto y picor que otras.

La mejor forma de distinguirla es con el logotipo de la DOP Cebolla de Fuentes. Si no lleva este distintivo, no se puede garantizar que sea la original.

Es muy suave, casi no pica y las capas internas son muy tiernas. Tiene forma redondeada junto a la raíz y ligeramente alargada junto al tallo, siendo este grueso.

En cuanto al color, es blanco-paja en su exterior, siendo totalmente blanca y crujiente en su interior.

Es una cebolla de temporada, por lo que solo se podrá encontrar a partir de junio la temprana (cebolleta) y de julio la seca.

Se siembra al final del invierno o principio de la primavera y la recogida en el campo es de forma parcialmente manual y se lleva rápidamente a cámaras frigoríficas para que no continúe madurando.

“MELOCOTÓN DE CALANDA” DOP



Es el único melocotón con Denominación de Origen que hay en España, y una de las joyas de la despensa aragonesa más reconocidas y valoradas en el mundo por su gran tamaño, excelente sabor y dulzura.

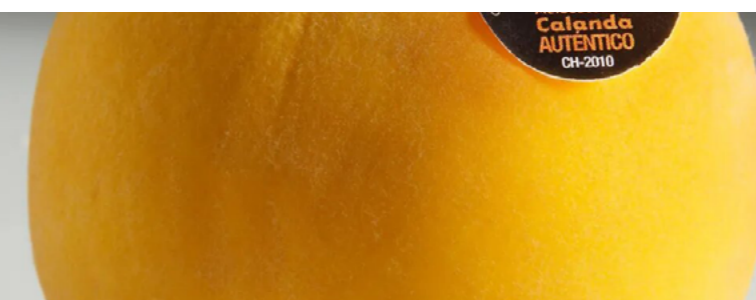
El área de cultivo se encuentra comprendida fundamentalmente en la comarca del Bajo Aragón, al sureste de la depresión del río Ebro, entre las provincias de Teruel y Zaragoza y la comprenden 45 municipios.

Es un producto artesanal de pequeños productores. El auténtico “Melocotón de Calanda” DOP es mimado en el campo con la técnica del aclareo, que consiste en quitar el 70 % de los frutos existentes en el árbol hasta dejar una distancia cómoda de 20 cm entre cada uno de ellos.

En los últimos 2 meses de crecimiento es embolsado uno a uno en el propio árbol. De este modo queda dentro de una bolsa protectora que garantiza su pureza, pues no entra en contacto con ningún tipo de producto fitosanitario ni con agentes externos. En el mercado es muy apreciado, además, por su gran tamaño, por su excelente sabor y dulzura.

La zona de la Denominación de Origen se encuentra al sureste de la depresión del río Ebro, entre las provincias de Teruel y Zaragoza y la integran 45 municipios.

Lo encontramos en el mercado desde mediados de septiembre hasta finales del mes de octubre, dependiendo de los factores climatológicos. Antes de esa fecha hay que desconfiar. Lo normal es que no sea auténtico.



“JAMÓN DE TERUEL” / “PALETA DE TERUEL” DOP



Los cerdos destinados a la producción de Jamón de Teruel y Paleta de Teruel proceden de animales nacidos, criados y sacrificados en la provincia de Teruel. El ganado es de los cruces de razas Landrace y Large White en la línea materna, y Duroc en la paterna. Estos animales se alimentan principalmente con cereales cultivados en los campos de Teruel y en provincias limítrofes que les proporcionan una alimentación sana y natural.

La raza Duroc aporta una carne de excelente calidad con una óptima infiltración de grasa, al igual que el del cruce de las razas Landrace y Large-White que proporcionan una carne definida fundamentalmente por la jugosidad, textura, conformación y color.

Los jamones y paletas curados son productos cárnicos obtenidos tras someter a un proceso de salazón, lavado, postsalado, curado (secado-maduración) y envejecimiento a las extremidades posteriores y anteriores del cerdo.

Los jamones y paletas curados tienen forma alargada, perfilada y redondeada en sus bordes hasta la aparición del músculo, conservando la pata. Puede presentarse con toda la corteza o perfilado en corte en “v” cuyo vértice quedará alineado con el eje de la pata del jamón o de la paleta curada.

Tienen un peso superior o igual a 7 kg en los jamones y a 4,5 kg en paletas, al cumplir el tiempo mínimo de elaboración establecido.

Tienen una vitola numerada que rodea al Jamón de Teruel y a la Paleta de Teruel por su pezuña. Este precinto inviolable y codificado, permite conocer todos los procesos por los que ha pasado esa pieza concreta, lo que conocemos habitualmente por trazabilidad.

Por otro lado se marca una estrella al fuego en la corteza de la parte posterior del jamón y la paleta al que acompaña la palabra TERUEL.

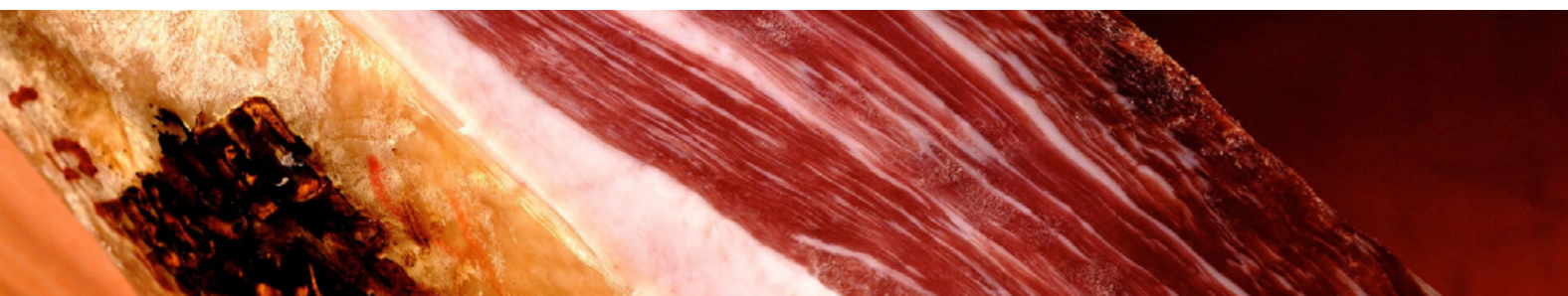
“TERNASCO DE ARAGÓN” IGP



El Ternasco de Aragón es un cordero alimentado con leche materna y cereales naturales, cuyo peso en canal oscila entre 8 y 12,5 kg.

El proceso de crianza de este tipo de cordero se realiza mediante un aprovechamiento tradicional del territorio aragonés, tanto en pastos de montaña y media montaña como en las zonas más áridas del valle del Ebro. En la actualidad (datos con fecha enero de 2022) están adscritas más de 315.000 ovejas de las razas autóctonas aragonesas Ojinegra de Teruel, Roya Bilbilitana, Rasa Aragonesa, Maellana y Ansotana, repartidas en 572 ganaderías en más de 294 municipios a lo largo de las tres provincias aragonesas.

Por todo ello es posible afirmar que, como beneficio adicional, el ternasco de Aragón favorece la economía rural aragonesa y su cultura, manteniendo la población y preservando el medio natural.



ARROZ “C’alial”



Se trata además de un producto de gran calidad, ya que se cultiva en tierras nuevas, que no están agotadas tras tiempos de monocultivo, y con aguas limpias provenientes de los Pirineos, sin filtraciones ni contaminaciones. El arroz cultivado en Aragón es del tipo “Japónica”, de grano redondeado y pequeño y de textura perlada, que los expertos alaban porque asume con facilidad los sabores del caldo de cocción y mejora las condiciones del guiso.

La marca de calidad diferenciada “C’alial” protege la mejor selección de estas cosechas, arroz de las categorías “Extra” y “1”, de granos redondo y semilargo, que cumpla determinados parámetros técnicos (grado de humedad máximo, producción por hectárea). El grano redondo asume con facilidad los sabores de los ingredientes y los condimentos que le acompañan. El grano semilargo tiene mayor consistencia, quedando más suelto y entero en la cocción.

El arroz comercializado con el distintivo “C’alial” se ha cultivado además mediante métodos de producción integrada, dando prioridad a los métodos naturales de control de enfermedades y malas hierbas, y con aguas provenientes de los Pirineos. Así se asegura que se conjuga la calidad del producto con la protección del medio ambiente.

BORRAJA “C’alial”



La borraja es una especie hortícola cultivada tradicionalmente en Aragón y regiones limítrofes del valle del Ebro. Fue durante la Edad Media una de las verduras más apreciadas, tanto por sus cualidades gastronómicas como medicinales, y se consideraba que comerla alegraba el corazón. A diferencia de otros lugares, este aprecio se ha mantenido en Aragón, donde la borraja ha sido uno de los cultivos de huerta típicos en cualquier pueblo, base de recetas tradicionales como los crespillos, y uno de los ingredientes más apreciados por los cocineros aragoneses.

En la actualidad, también fuera de Aragón se están descubriendo las posibilidades de la borraja, desde su preparación más sencilla y clásica -cocida con patatas y aliñada con aceite de oliva- hasta en nuevas recetas como con salsa de almejas, en menestra o como guarnición de carnes y pescados.

Esta doble faceta de producto tradicional y apto para las preparaciones culinarias más exigentes está garantizada en el producto amparado por el distintivo “C’alial”, con el que sólo se puede comercializar la borraja cultivada con más esmero y de óptima calidad.

El reglamento de la borraja vigila así los sistemas de cultivo, el riego o los tratamientos fitosanitarios y exige que la recolección se efectúe en el momento idóneo. Posteriormente se seleccionan las matas para admitir sólo las plantas limpias, sin ningún daño en el peciolo y que cumplan parámetros técnicos como la longitud o humedad.

Para su venta al público, la borraja con la marca de calidad diferenciada C’alial se presenta siempre envasada, tanto en bandeja (ya con los peciolos cortados y limpios, lista para cocinar), como en matas enteras.

La borraja es una hortaliza que destaca desde un punto de vista nutricional y dietético por su contenido en agua, pocas calorías, siendo especialmente rica en vitaminas (A, B1, B2 y D) y en minerales (potasio, calcio, hierro y fósforo).



LONGANIZA DE ARAGÓN “C’alial”



La Longaniza de Aragón se define como un embutido elaborado con carne de cerdo y tocino, a la que se adicionan sal, especias y aditivos y que tras picarse y amasarse, se embute en tripa natural de cerdo y deja secar. En todas estas fases, el reglamento de calidad introduce controles. Así, se debe emplear un mínimo del 70% de carne magra de cerdo y un máximo de tocino del 30%. Se regulan también los aditivos autorizados y las exigencias de composición; prácticas como la utilización de colorantes artificiales están prohibidas.

La presentación comercial de la Longaniza de Aragón, puede ser tanto al natural como envasado al vacío; pero en cualquiera de los casos debe respetarse la forma tradicional del embutido, en forma de herradura y con una longitud total de entre 20 y 70 centímetros

Por último, hay que destacar que el reglamento admite diferentes especias naturales (pimienta, orégano, anís, clavo...) y en general todas “las especias naturales de la comarca”, reconociendo así las distintas variedades existentes de la Longaniza de Aragón y permitiendo a las empresas elaboradoras introducir su toque personal.

CARDO DE CADRETE

Cadrete posee una rica huerta, en la ribera del Huerva, que produce los cardos más jugosos y tiernos de la región.

Su cultivo es laborioso porque antes de recolectar los tallos en otoño hay que proceder al blanqueo y aporcado, aproximadamente un mes antes de su consumo, con objeto de que las pencas resulten más tiernas, blancas y sabrosas.

El blanqueo se consigue atando los tallos desde la base de las hojas cubriéndolos con un plástico oscuro. Su mayor enemigo son las heladas y por eso se protege con plástico, aunque nuestros abuelos lo tapaban con tierra y tenía mejor sabor.

Es un alimento muy saludable que facilita la función hepática, previniendo los dolorosos cálculos porque contiene cinarina, que estimula la producción de bilis. Ayuda a absorber el calcio, previniendo así la osteoporosis, y además se le considera una defensa para algunos tipos de cáncer como el de colon y mama.

Es ideal para mejorar el estreñimiento, el colesterol y la diabetes y muy recomendable en dietas para adelgazar. Es muy bueno consumirlo en ensaladas porque crudo conserva mejor sus propiedades.

Se cultiva cardo blanco de Aragón en las huertas del valle del Ebro, en la zona de influencia de Zaragoza, siendo la localidad de Cadrete uno de los lugares en los que más se ensalza esta hortaliza, de que anualmente se celebran jornadas gastronómicas.



TOMATE ROSA DE BARBASTRO

La variedad de Tomate Rosa de Barbastro por un lado está registrada en el catálogo europeo como Variedad de Conservación, esto lo que determina que la semilla tiene que ser producida obligatoriamente en su región de origen, en este caso Aragón.

Se entiende por variedad de conservación aquella que, para la salvaguarda de la diversidad biológica y genética, constituye un patrimonio irremplazable de recursos fitogenéticos, lo que hace necesario su conservación “in situ” mediante el cultivo y comercialización de semillas o de plantas de vivero de ecotipos o variedades autóctonas adaptadas naturalmente a las condiciones locales y regionales amenazadas por la erosión genética.

El cultivo puede llevarse a cabo en cualquier CCAA, de hecho la cooperativa de Barbastro vende semilla.

Por otro lado, el Tomate Rosa de Barbastro está registrado como una Marca Colectiva, por lo que tiene un Reglamento de Uso de la marca donde se indica la delimitación geográfica, concretamente: “La zona de producción amparada por la Marca Colectiva “Tomate Rosa de Barbastro” estará constituida por los terrenos ubicados exclusivamente en los núcleos urbanos de la Comarca del Somontano, provincia de Huesca”.

TRUFA NEGRA DE ARAGÓN

La trufa negra (nombre científico *Tuber melanosporum*), conocida también como trufa de Périgord, es muy apreciada en la gastronomía por su aroma y es de gran valor económico. Se trata de un hongo que se encuentra bajo el suelo (hipogeo) y que posee un aspecto exterior oscuro tirando a negro, de superficie verrugosa. Hoy en día este hongo puede cultivarse en las denominadas truferas.

Es un hongo tan apreciado como misterioso, que puede aparecer espontáneamente (trufa silvestre) o no hacerlo incluso en una plantación en la que se han cuidado todos los detalles.

Es bastante complicado definir el aroma y sabor de la trufa negra, sin haberla probado. Los especialistas aseguran que no hay una trufa igual a esta. Principales factores influyentes son: hábitat, clima y cantidad de lluvia caída durante su desarrollo, y esencialmente el árbol al cual estuvo adherida. Se pueden emplear en la cocina cruda o cocida, cortadas en láminas, en rodajas o en dados, picados en forma de fumet. Suelen emplearse en la elaboración de salsas acompañar carnes, pasta; en la elaboración de ensaladas, en la elaboración de embutidos y foie gras.

La trufficultura es una actividad que se encuentra en pleno proceso de desarrollo en Aragón, con un crecimiento aproximado de 500 hectáreas anuales y una superficie de 10.000 kilómetros cuadrados aptos para el desarrollo de la trufa negra. La Comunidad aloja además 12 de los 27 viveros de planta micorrizada que existen en España, que suponen cerca del 75% del total de la producción anual del país, con alrededor de 350.000 plantones.



CALIDAD DIFERENCIADA DE ARAGÓN

ALIMENTOS ÚNICOS Y VINCULADOS AL TERRITORIO



DOP VITIVINÍCOLAS



D.O. CAVA

DOP ALIMENTARIAS



IGP VITIVINÍCOLAS

IGP "Bajo Aragón"
IGP "Ribera del Jiloca"
IGP "Valdejalón"

vinos
de la
tierra

IGP "Valle del Cinca"
IGP "Ribera del Gállego-Cinco Villas"
IGP "Ribera del Queiles"

IGP ALIMENTARIAS



ARTESANÍA ALIMENTARIA



PRODUCCIÓN ECOLÓGICA



MARCAS DE GARANTÍA



ACEITE DE OLIVA EMPELTRE



AJO DE ARÁNDIGA



ALCACHOFA RIBERA DE
EBRO

CALABACÍN DE GUÍAS DE
MALLÉN

COGOLLO



COLES Y ESPINACAS
ZARAGOZA



ESCAROLA



LECHUGA ROMANA



PIMIENTO DEL VALLE DE
EBRO

QUESO DE ARTESANIA
ALIMENTARIA DE ARAGÓN



SETAS Y HONGOS

The image features a close-up, textured background of purple fabric, possibly silk or satin, with deep folds and highlights. A solid black rectangular box is centered horizontally and vertically, containing the word "CHEFS" in a white, all-caps, sans-serif font.

CHEFS



CHEF

ANA
LEBRÓN

¿Quién es Ana Lebrón?

Graduada en Administración Hotelera por la Pontificia Universidad Católica Madre y Maestra (República Dominicana), es una chef dominicana que ganó la medalla de oro en la categoría Culinary Art, en las Olimpiadas Ika (la exposición alemana de arte culinario más antigua y grande del mundo). Fundadora y actual presidenta de la American Culinary Federation Capítulo República Dominicana, es la única Jueza Certificada para competencias de gastronomía por la WACS y ACF en el país y Medallista de Gastronomía en eventos Internacionales.



DE MARES Y ENCANTOS

DE MARES Y ENCANTOS

- PARTE 1 -

Ingredientes

Para la ensalada tibia de pimientos

- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento amarillo
- 2 Tomates Rosa de Barbastro
- 1 diente de ajo asado
- 1 manojo de albahaca
- 50 g de alcaparras baby
- 6-8 unidades de alcaparrones
- 25 g de pasas de Corinto
- 25 g de arándanos deshidratados cortados en trocitos muy pequeños
- 80 ml de “Aceite del Bajo Aragón” DOP
- 1 pizca de azúcar
- 1 cucharadita de vinagre de Jerez
- 8 ud aceitunas rellenas cortadas en rueditas
- 8 ud de aceitunas de Aragón enteras
- Alcachofas mini en conserva cortadas en tiras finas

Para el lomo de bacalao

- 4 Lomos de bacalao royal de unos 250 g cada uno
- 8 hojas de espinacas (previamente blanqueadas)
- C/n de sal para curar
- C/n de azúcar para curar
- C/n de anís
- C/n de canelilla

Para la brandada de bacalao

- 80 g de bacalao seco en sal (previamente desalado en agua varias veces)
- 400 g de papas
- 2 dientes de ajo
- 150 ml de “Aceite del Bajo Aragón” DOP
- 80 ml de crema de leche
- Pimentón dulce ahumado

Otros ingredientes

- Masa de tortilla de maíz (también se pueden sustituir por masa brisee o masa quebrada)
- Salsa de tomate natural
- Un toque de mamajuana, ron o Pedro Ximénez

- PARTE 2 -

DE MARES Y ENCANTOS

Elaboración

1 | De las espinacas blanqueadas

Sumerge las hojas de en agua hirviendo, con sal y unas gotitas de algún cítrico (también puede ser vinagre) durante unos pocos segundos e, inmediatamente, sumérgelas en hielo para parar la cocción. Sécalas con papel de cocina y resérvalas. Si quieres aromatizarlas más, añade un poco de anís al agua de cocción.

2 | Del bacalao

Cura el bacalao en sal y azúcar (a partes igual), anís y canelilla durante 2 horas. Pasado este tiempo, sécalo y límpialo bien con papel de cocina para retirar todos los restos.

Sazónalo con un chorro de aceite de oliva y un poco de anís.

Corta el bacalao en un trozo rectangular, ábrelo a la mitad y rellénalo con algunas hojas de espinaca blanqueada (asegúrate de cortarlas del mismo tamaño del bacalao para que no sobresalgan de la pieza).

Envuelve cada lomo relleno con papel film y cuécelo sous-vide a 116-122 °C durante unos 15-20 minutos.

3 | De los pimientos asados

Asa los pimientos a la llama directa o al horno. Pélalos, elimina las semillas y venas, córtalos en juliana y reserva.

4 | De los tomates

Blanquea los tomates (sumergiéndolos en agua hirviendo, con sal y vinagre, durante unos pocos segundos), pélalos, retira las semillas y córtalos en juliana. Reserva.

5 | De la ensalada tibia de pimientos

En una sartén coloca un chorro de aceite de oliva virgen extra y saltea todos los ingredientes. No olvides añadir la pizca de azúcar y el vinagre para condimentar.

6 | De la brandada de bacalao

Pon a hervir el bacalao desalado con las papas, una hoja de malagueña y una de laurel. Cuando estén suaves, retira la malagueña y el laurel. Emulsiona las papas y el bacalao en la Thermomix con los dientes de ajo y el aceite de oliva virgen extra (añádelo poco a poco dejándolo caer en un hilo fino). Agrega la crema de leche.

Divide la preparación en 2 partes: al 80 % añade, a tu gusto, pimentón dulce ahumado, y el 20 % déjalo al natural para el empinado final.

7 | De la tartaleta en forma de cesta

En un molde redondo pequeño, coloca la masa de tortilla de maíz en el fondo y en los bordes para hacer una cesta y rellénala con la brandada de pimentón dulce ahumado. Reserva.

8 | De la salsa de tomate natural

Pon a cocer la salsa de tomate con un poco de agua de cocción del bacalao y las papas. Cuélala bien y añade, al gusto, un toque de mamajuana, ron o Pedro Ximénez para acrecentar el sabor del plato.

9 | Acabado y presentación

En el fondo de un plato, coloca un poco de la salsa de tomate y de la brandada de bacalao sin pimentón.

A un lado dispón el rectángulo de bacalao relleno, en el centro un poco de la ensalada tibia de pimientos y al otro lado la tartajea rellena con la brandada de pimentón.

Si quieres un toque más “tropical”, puedes añadir una espuma de cilantro.

HOTEL GARZA CANELA, SAN BLAS
RIVIERA NAYARIT
CHEF

BETTY
VÁZQUEZ



¿Quién es Betty Vázquez?

Reconocida por The Culinary Institute of America como uno de los 100 chefs más importantes de cocina tradicional, Betty Vázquez ha trabajado y trabaja por el rescate de las tradiciones culinarias del Puerto de San Blas, ubicado en la Riviera Nayarit, de donde es oriunda, llegando a convertirse en la Embajadora Gastronómica de Riviera Nayarit.

Formada en Estados Unidos y en la Escuela de Arte Culinario Le Cordon Bleu de Francia, es fundadora del hotel Garza Canela, en Puerto de San Blas, donde también comanda la cocina, y es presentadora de Masterchef México desde 2015.

Además, fue la encargada de organizar el primer festival de comida mexicana de la ciudad Creta (Grecia).

TERNASCO DE ARAGÓN VERSIÓN MEXICANA

Ingredientes

Para el ternasco

- 1 pieza de paleta de “Ternasco de Aragón” IGP
- 1 taza de ajo entero
- 1 taza de “Aceite Sierra del Moncayo” DOP
- 2 k de papas para hacer la cama del cordero al hornear
- 1 botella de vino tinto DOP “Cariñena”
- 1 l de agua
- 2 cucharadas de chile chipotle seco molido
- 2 cucharadas de comino molido
- 2 cucharadas de sal marina

Para la duxelles de setas

- 500 g de setas finamente picadas
- 3 dientes de ajo finamente picados
- 1 “Cebolla Fuentes de Ebro” DOP
- El jugo restante del cocimiento de la paleta de “Ternasco de Aragón” DOP
- ½ taza de “Aceite Sierra del Moncayo” DOP
- Perejil fresco al gusto
- Sal y pimienta al gusto

Para la ensalada de tomate rosa y trufa negra

- Hojas surtidas de lechuga, espinaca y escarola
- Tomate rosa escalfado y rebanado
- Unas lascas de “Jamón de Teruel” DOP
- Sal pimienta
- “Aceite Sierra del Moncayo” DOP
- Un poco de vinagre de vino
- Un toque de trufa negra

Elaboración

1 | Del ternasco

Haz una mezcla con las 2 cucharadas de chile chipotle seco molido, las 2 cucharadas de comino molido y las 2 cucharadas de sal marina. Con ella, unta bien toda la paleta de cordero.

Precalienta el horno caliente a 220 °C y, en una charola de horno, rebana las papas peladas y cubre el fondo con ellas, añade los ajos pelados y cubre con el aceite de oliva.

Mete la charola al horno por 20 minutos y, en cuanto empieza a dorar un poco, dale la vuelta a la paleta. Ten lista la botella de vino y el litro de agua. Cuando le des la vuelta y esté doradita la paleta, báñala con el vino y el agua y déjala cocinar por 150 minutos a 150 °C o hasta que la carne esté muy bien hecha y se separe del hueso.

Asegúrate de que todo este tiempo de horneado debe de estar tapado con papel de aluminio.

2 | De la duxelles de setas

En el aceite de oliva, saltea la cebolla y ajo. Agrega las setas y el jugo sobrante de la paleta de cordero y el perejil fresco picado. Corrige sal y pimienta y reserva.

3 | De la ensalada

Mezcla todos los ingredientes y termina la ensalada con las lascas de jamón de Teruel.

4 | Acabado y presentación

Para servir, usa las papas que sirvieron de base y que se han cocinado con todos los jugos de la carne para hacer una cama a un lado del plato y sirve una porción de ternasco. Acompaña con la duxelles de setas y la ensalada de tomate rosa.



RESTAURANTE NOVODABO

CHEF

DAVID
BOLDOVA



¿Quién es David Boldova?

David Boldova es un chef español que se formó en estudios de hostelería en la escuela de Teruel.

También ha sido presentador para Aragón televisión en el programa “Entreplatos” y Chef del año por “Cook and Chef Institute”. Compitió en el programa de televisión de Masterchef, y actualmente colabora en la radio.

Además de haber sido profesor de cocina para Horeca, ha participado en varios libros de cocina y es representante español en Bruselas, Milán, Copenhague y Lyon. Colaborador de Zaragoza Turismo en Madrid. Fusión y Eurotoques para Saborea Zaragoza y Saborea España.

Actualmente es el chef del restaurante Novodabo en Zaragoza.

GAMBA ROJA, ANGUILA, HORTALIZAS DE ZARAGOZA, AZAFRÁN DE MONREAL DEL CAMPO Y CAVIAR DE ESTURIÓN DEL PIRINEO

- RECETA PARA 12 PERSONAS -

Ingredientes

Para la salsa de azafrán

- 15 bolas de pimienta rosa
- 7 gm de jengibre
- 34 gm de lemon gras
- ¼ de ralladura de lima
- ½ litro de leche de coco
- ½ gramo de azafrán
- Sal y pimienta.

Para el jugo de gamba y los carpaccios de gamba

- Ajo
- Cabeza
- Mantequilla
- Sal
- c/s de xantana

Para cubrir el cuerpo de gamba y de anguila

- Rábanos
- Pepinillo baby

Otros

- Caviar de Esturión Pirinea

Elaboración

1 | De la salsa de Azafrán

Infundonar en el coco todos los ingredientes, arreglar con sal y reposar.

2 | De la salsa y el jugo de gamba

Limpiar las gambas separando las cabezas del cuerpo y quitando el intestino.

Meter los cuerpos de la gamba entre papel film y espalmar, congelar.

Las cabezas de la gamba saltearla con mantequilla, ajo, arreglar de sal, triturar pasar por un colador fino y espesar con xantana si es necesario, meter en una manga, reservar en frío.

3 | Para cubrir con las hortalizas

Cortar las verduras con 2mm de espesor, reservar.

4 | Acabado y presentación

Cortar la anguila, y cuadrar con su forma el carpaccio de gamba, poner encima, añadir la sal y el aceite y cocinar con el soplete sobre el carpaccio, cubrir éste con las verduras como si fuera la escama del pescado.

Sobre éstas pondremos unos puntos de jugo de gamba y el caviar de esturión.

Terminar el plato añadiendo la salsa de Azafrán.



GAMBA ROJA Y CAVIAR

RESTAURANTE DISFRUTAR

CHEFS

EDUARD XATRUCH,
ORIOLO CASTRO Y
MATEU CASAÑAS



¿Quiénes son Eduard, Oriol y Mateu?

Oriol Castro, Eduard Xatruch y Mateu Casañas fueron jefes de cocina en el restaurante elBulli durante 15 años (entre 1996 y 2011) y formaron también parte del equipo creativo de cocina.

Hasta noviembre de 2014 trabajaron con Ferran Adrià en la conceptualización de la Bullipedia, aunque ya en 2012 habían decidido asociarse. Ese mismo año abrieron Compartir (en Cadaqués) y 2 años después Disfrutar (en Barcelona).

En 2018 crearon el espacio de consultoría gastronómica y en 2021 nació la marca CXC.

Entre otros reconocimientos, la guía italiana Identità Golose reconoció a Eduard Xatruch, Oriol Castro y Mateu Casañas como los mejores chefs extranjeros en su edición de 2018. Ese mismo año, la lista Top 100+ European Restaurants de OAD situó Disfrutar en el número 12 de los mejores de Europa y Disfrutar alcanzó el número 18 de la lista de The World's 50

Best Restaurants, siendo la Mejor Nueva Entrada del año.

En 2019, Disfrutar se situó en el número 9 de la lista de The World's 50 Best Restaurants y The Best Chef Awards ubicó el restaurante en el número 5, siendo la mejor entrada en la lista. En 2020, Disfrutar ha subido una posición en el ranking de The Best Chef Awards, situándose en el número 4, siendo el mejor restaurante español de la lista.



LÁMINAS DE TERNERA

- PARTE 1 -

LÁMINAS DE TERNERA CON ROYAL DE TUÉTANO Y TRUFA

- RECETA PARA 10 PERSONAS -

Ingredientes

Para el jugo de carne

- 500 g de alas de pollo
- 750 g de pollo
- 800 g de huesos de ternera
- 600 g de pecho de ternera
- 300 g de churrasco de ternera "Cálial"
- 500 g de vino tinto DOP "Calatayud"
- 25 g de azúcar
- 25 g de "Cebolla Fuentes de Ebro" DOP
- 30 g de zanahoria
- 20 g de puerro
- 30 g de Tomate Rosa de Barbastro
- Aceite de oliva virgen extra 0,4°
- 4000 g de agua

Para el caldo de pollo

- 1 carcasa de pollo
- 2 muslos de pollo
- 1500 g de agua
- Sal

Para el puré de tuétano

- 3 k de huesos de tuétano cortados en trozos de unos 8 centímetros
- Agua

Para la gelatina caliente de tuétano

- 140 g de puré de tuétano (elaboración anterior)
- 200 g de caldo de pollo (elaboración anterior)
- 1 g de agar-agar en polvo
- 0,5 g de xantana
- Sal
- Pimienta negra recién molida

Para las láminas de carne

- 400 g de sobrecostilla de wagyú
- 1 k de sal gruesa

Para el puré de trufa negra

- 40 g de aceite de maíz
- 40 g de trufa negra Tuber Melanosporum
- Sal

Para la reducción de vino tinto

- 300 g de vino tinto DOP "Calatayud"
- 15 g de azúcar

Para los picatostes de pan

- 1 trozo de pan de coca precocido de 10 cm

Otros

- 20 g de sal en escamas
- 5 g de pimienta negra recién molida
- 1 trufa negra Tuber Melanosporum de 75 g
- Sal

- PARTE 2 -

LÁMINAS DE TERNERA CON ROYAL DE TUÉTANO Y TRUFA

- RECETA PARA 10 PERSONAS -

Elaboración

1 | Del jugo de carne

Junta el vino tinto con el azúcar y reduce hasta obtener 75 gramos de reducción de vino.

Tuesta los huesos de ternera en el horno.

Corta toda la carne en trozos pequeños de unos 2 centímetros y ásala por separado en una cazuela con un poco de aceite, desglasando continuamente para recuperar todos los jugos.

Corta todas las verduras en mirepoix y rehógalas en una cazuela hasta que estén doradas.

Junta en una olla las verduras con las carnes previamente doradas, rehoga el conjunto y añade el jugo de los desglasados de las carnes, la reducción de vino tinto y el agua indicada.

Cuece a fuego lento, espumando y desgrasando continuamente durante 8 horas.

Pasa por un colador chino y dispón el jugo en un recipiente alto y estrecho para terminar de desgrasarlo bien.

Reduce el fondo hasta obtener un jugo consistente y sabroso.

Retifica el punto de sal, pasar por estameña y guarda en la nevera.

2 | Del caldo de pollo

Limpia la carcasa de vísceras y de exceso de grasa.

Quita la piel y el exceso de grasa del muslo de pollo y pártelo por la mitad.

Cubre la carcasa de pollo troceada y los muslos de pollo con el agua indicada y hiérvelos durante 3 horas a fuego lento, hasta conseguir un caldo sabroso, desgrasando y espumando continuamente.

Cuela, corrige punto de sal y reserva en la nevera.

3 | Del puré de tuétano

Limpia los huesos de tuétano con agua fría.

Con los dedos, presiona el tuétano para sacarlo entero del hueso. Cubre los tuétanos limpios con abundante agua con hielo y deja en la nevera durante 3 días, cambiando el agua y el hielo cada día, con el objetivo de desangrarlos completamente.

Dispón los tuétanos desangrados en una olla y cúbrelos con abundante agua fría.

Pon la olla al fuego a media intensidad hasta que levante un ligero hervor.

Retira del fuego y guarda directamente en la nevera dentro de la misma olla y con la misma agua.

Al día siguiente, saca el tuétano cocido de la olla eliminando la grasa sólida que se habrá formado.

Dispón los tuétanos cocidos en un contenedor de Pacojet, presiónalos bien y congela a -20 °C.

Una vez congelados, turbina tres veces en la Pacojet, con el objetivo de tener un puré de tuétano fino. Guárdalo en la nevera.

4 | De la gelatina caliente de tuétano

Junta el caldo de pollo con el agar-agar en polvo y levanta el hervor sin dejar de remover con la ayuda de un batidor de mano. Añade la xantana y tritura con un batidor eléctrico hasta que no queden grumos.

Añade el puré de tuétano, poco a poco, al mismo tiempo que vamos emulsionando con ayuda del batidor eléctrico.

Rectifica el punto de sal y de pimienta recién molida.

Dispón en un recipiente que te permita conseguir una altura de 1,5 centímetros.

Guarda en la nevera por espacio de 3 horas.

Corta la gelatina de tuétano de ternera con la ayuda de un cortapastas circular de 0,5 centímetros de diámetro (necesitarás 4 falsos mini tuétanos por persona).

Reserva en la nevera.

LÁMINAS DE TERNERA CON ROYAL DE TUÉTANO Y TRUFA

- RECETA PARA 10 PERSONAS -

Elaboración

5 | De las láminas de carne

Pule la carne de sobrecostilla de excesos de grasa y nervios.
Envuelve la carne en un paño, cubre totalmente con la sal gruesa y déjala en la nevera durante 3 horas.
Separa el trozo de carne de la sal y cuadra en trozos de unos 6 centímetros de lado, enrolla en film y congela.
En la máquina cortadora, corta láminas de unos 0,2 centímetros de grosor (necesitarás 4 láminas por ración, que pesarán unos 30 gramos en su conjunto).
Guárdalas en la nevera entre papel encerado y asegúrate de que no se monten entre ellas.

6 | Del puré de trufa negra

Limpia la trufa de posibles restos de tierra con un paño.
Junta la trufa con el aceite en el vaso americano y tritura hasta conseguir una pasta fina. Rectifica el punto de sal.
Envasa al vacío y cuece a 60 °C durante 2 horas a baño María.
Deja reposar un día en la nevera.

7 | De la reducción de vino tinto

Junta el vino con el azúcar y cuece hasta obtener 40 gramos de reducción de vino tinto.
Dispón en un dosificador de salsas y guarda a temperatura ambiente.

8 | De los picatostes de pan

Corta 5 rebanadas de pan de coca con un grosor de 0,2 centímetros.
Cuece encima de una placa de horno con papel sulfurizado durante 15 minutos a 175 °C.
Una vez frío, rompe las rebanadas en trocitos de 1,5 centímetros, aproximadamente, y guárdalos en un recipiente hermético a temperatura ambiente.

9 | Acabado y presentación

Calienta el jugo de carne y entibia la gelatina de tuétano en la salamandra.
Dispón 4 láminas de carne en el plato, tal y como se aprecia en la fotografía, rectifica la sal y la pimienta y entibia en la salamandra.
Salsea la carne con el jugo de carne bien caliente.
Encima de cada trozo de carne coloca un disco de gelatina de tuétano caliente.
Encima del tuétano pon un punto de puré de trufa negra y un picatoste de pan.
Lamina la trufa negra, alíñala con un poco de puré de trufa negra y sal y añade 4 láminas al plato.
Termina con 2 gotas de reducción de vino tinto y sirve.



CHEF

FRANCISCO
BROCCOLO

¿Quién es Francisco Broccolo?

Impulsor de un concepto conocido como “pastelería inclusiva” (libre de gluten, lácteos y huevos), Francisco Broccolo es un pastelero y chocolatero venezolano que vive en Génova, Italia. Se inició en el mundo de la gastronomía con 16 años, estudió en un restaurante escuela en Valencia (Venezuela) y ha trabajado como chef corporativo de una cadena de hoteles en República Dominicana y México.

TARTA DE MELOCOTÓN DE CALANDA

Ingredientes

Para la sablé de melocotón de Calanda

- 125 g de harina de trigo
- 25 g de melocotón liofilizado en polvo
- 1 g de sal
- 20 g de agua
- 70 g de aceite de oliva virgen extra variedad empeltre
- 20 g de harina de almendras
- 40 g de trehalosa

Para la jalea de melocotón de Calanda

- 176 g de puré de melocotón de Calanda
- 17,6 g de almidón de maíz modificado
- 17,6 g de trehalosa

Para el bizcocho de almendra y melocotón de Calanda

- 104 g de harina de almendra
- 80 g de harina de trigo
- 25 g de polvo de melocotón de Calanda liofilizado
- 10 g de polvo de hornear o impulsor
- 8 g de proteína de patata
- 100 ml de agua
- 80 g de trehalosa
- 160 g de puré de melocotón de Calanda

Elaboración

1 | De la sablé

Mezcla los ingredientes secos en un tazón, agrega el aceite de oliva y amasa hasta obtener una textura arenosa. Añade el agua y amasa hasta obtener una textura homogénea. Estira la pasta resultante entre dos papeles. Lleva al congelador por 20 minutos, corta la masa en discos, forra los moldes de tarta de unos 7 centímetros y congela de nuevo durante 10 minutos.

Hornea las tartas a 150 °C por 35 minutos en modalidad ventilación.

2 | De la jalea

Procesa todos los ingredientes y pasa por un colador fino. Añade la jalea a una manga y déjala reposar en la nevera durante una hora.

3 | Del bizcocho de almendra

Une todos los ingredientes secos en un bol y añade los líquidos.

Mezcla hasta tener una pasta homogénea, agrega el bicarbonato y el medio ácido. Hornea a 165 °C durante 10 minutos.

4 | Acabado y presentación

Una vez horneada la sablé, agrega 10 gramos de la mezcla de bizcocho de almendras y melocotón y lleva al horno durante 10 minutos más a 165 °C.

Deja que se enfríe, añade la jalea de melocotón y para finalizar corona con gajos de melocotón y brotes de albahaca.



TARTA DE MELOCOTÓN

RESTAURANTE ECHAUREN

CHEF

FRANCIS
PANIEGO



¿Quién es Francis Paniego?

Francis Paniego nació en una preciosa villa a pocos kilómetros al sur de Santo Domingo de la Calzada (en Ezcaray, La Rioja) y toda su vida ha transcurrido en el Hotel Echaurren, donde ha conocido desde dentro el mundo de la hostelería.

Estudió en la Escuela Superior de Hostelería y Turismo de Madrid e hizo prácticas profesionales en varios restaurantes de la ciudad y de otros lugares de España, como Arzak (en San Sebastián) o elBulli (en Girona).

En los últimos años ha trabajado en el Hotel Restaurante Echaurren y en el restaurante Ton de Luna. Asimismo, es asesor gastronómico de los hoteles Marqués de Riscal y Sports Hotels (en Andorra).

- PARTE 1 -

VENTRESCA DE BONITO DEL NORTE CON MELÓN A LA PARRILLA, FLORES Y JUGO CON AROMA DE PINO

- RECETA PARA 10 PERSONAS -

Ingredientes

Para la ventresca

- 600 g de ventresca de bonito
- “Aceite Sierra del Moncayo” DOP
- Sal

Para el aceite de pino

- 200 ml de aceite de girasol
- 1 rama de pino fresco

Para el jugo al aroma de pino

- 1 k de huesos de caña
- 1 k de Ternera “C’ alial”
- 400 g de “Cebolla de Fuentes del Ebro” DOP
- 2 zanahorias
- 2 puerros gordos
- 100 gramos de Tomate Rosa de Barbastro
- 2 l de vino tinto DOP “Campo de Borja”
- 50 g de azúcar
- 60 ml de “Aceite Sierra del Moncayo” DOP
- 4 l de agua

Para la vinagreta de melón

- 200 ml de “Aceite Sierra del Moncayo” DOP
- 100 g de melón
- 0,5 ml de vinagre de Jerez de 25 años
- Sal

Para el melón a la parrilla

- 350 g de melón
- 1 g de flor de pensamiento
- 1 g de estragón
- 1 g de eneldo
- 1 g de cebollino

Para las chalotas glaseadas

- 20 g de chalotas
- 60 g de azúcar
- 50 g de mantequilla
- 100 ml “Aceite Sierra del Moncayo” DOP
- 100 ml de fondo de carne
- Sal fina



VENTRESCA DE BONITO DEL NORTE

VENTRESCA DE BONITO DEL NORTE CON MELÓN A LA PARRILLA, FLORES Y JUGO CON AROMA DE PINO

- RECETA PARA 10 PERSONAS -

Elaboración

1 | De la ventresca

Limpia cuidadosamente la ventresca y córtala en trozos de unos 60 gramos, aproximadamente.

2 | Del aceite de pino

Calienta el aceite a 100 °C e infundiona las ramas de pino durante 2 horas

3 | Del jugo al aroma de pino

Mezcla el vino y el azúcar y reduce a la mitad.

Pon los huesos de caña a tostar en el horno a 180 °C. Dora los dados de ternera en una sartén, de manera que queden hechos por fuera y crudos por dentro. Desglasa la sartén con el vino tinto ya reducido. Pon a fundear con aceite las verduras, cortadas en mirepoise, hasta que tomen color y, cuando estén casi doradas, añade el tomate troceado y rehoga.

Agrega el vino tinto, la carne de ternera y los huesos tostados, moja con el agua a fuego no muy fuerte y espuma continuamente. Cuando empiece a hervir, baja el fuego al mínimo y haz que hierva así durante 6 horas. Cuela y deja enfriar hasta que la grasa se solidifique y retírasela. Reduce un poco más y cuela nuevamente. Una vez esté listo, lo cortamos con el aceite de pino.

4 | De la vinagreta de melón

Mezcla todos los ingrediente en la Thermomix, rectifica la sal y cuela.

5 | Del melón a la parrilla

Marca el melón por dos lados, pon encima las flores y una ramita de eneldo, una hoja de estragón y un bastón de cebollino.

Moja con la vinagreta de melón.

6 | De las chalotas glaseadas

Funde la mantequilla y dora las chalotas.

Añade el azúcar, hasta que caramelices un poco, y luego moja con el aceite y el fondo de carne hasta cubrir.

Déjalas cocer hasta que queden tiernas.

7 | Acabado y presentación

Marca la ventresca, previamente atemperada, por todos los lados sin que se dore demasiado. Colócala en una bandeja de horno con la chalota y la salsa. Terminamos en la salamandra, con cuidado de que el corazón del bonito no pase de los 40°C. Emplata como se indica en la foto.



CHEF

GIANNINA
ORTEGA

¿Quién es Giannina Ortega?

Hace un par de años la chef Giannina Ortega abrió en Madrid el primer y único restaurante costarricense en la capital de España. Bajo el nombre de Con el sabor de Yamil, llenó la calle José Abascal de gallo pinto, chifrijo y zumos de fruta, entre otros platos de la tradición “tica”.

El local ha cerrado a comienzos de 2022, pero Giannina Ortega ya está trabajando en su próximo proyecto gastronómico.

ARROZ CON POLLO

- RECETA PARA 8 PERSONAS -

Ingredientes

- 4 muslos de pollo
- 2 cucharadas de aceite de oliva (variedad empeltre)
- 1 cebolla de la Fuente del Ebro (picada muy fina)
- 2 ajos finamente picados
- 1/2 taza de pimiento rojo
- 2 tomates rosa
- 15 judías verdes redondas (picadas en rodajitas de 1 cm)
- 1 zanahoria (picada en cuadritos)
- 2 tazas de arroz brazal
- 5 tazas de caldo de pollo
- 2 latas pequeñas de maíz
- 1 sobre o 1 cucharada de azafrán
- 1 cucharada de mantequilla
- C/n azúcar
- Especias al gusto

Elaboración

1 | Del pollo

En una olla con agua pon a cocinar los muslos de pollo con un trozo de cebolla, un ajo, un par de cucharadas de pimiento rojo, un tomate rosa, sal, una pizca de azúcar y especias al gusto. Una vez esté listo el pollo, cuele el caldo y resérvalo. Aparte, deshuesa y deshebra los muslos y resérvalos.

2 | Del arroz

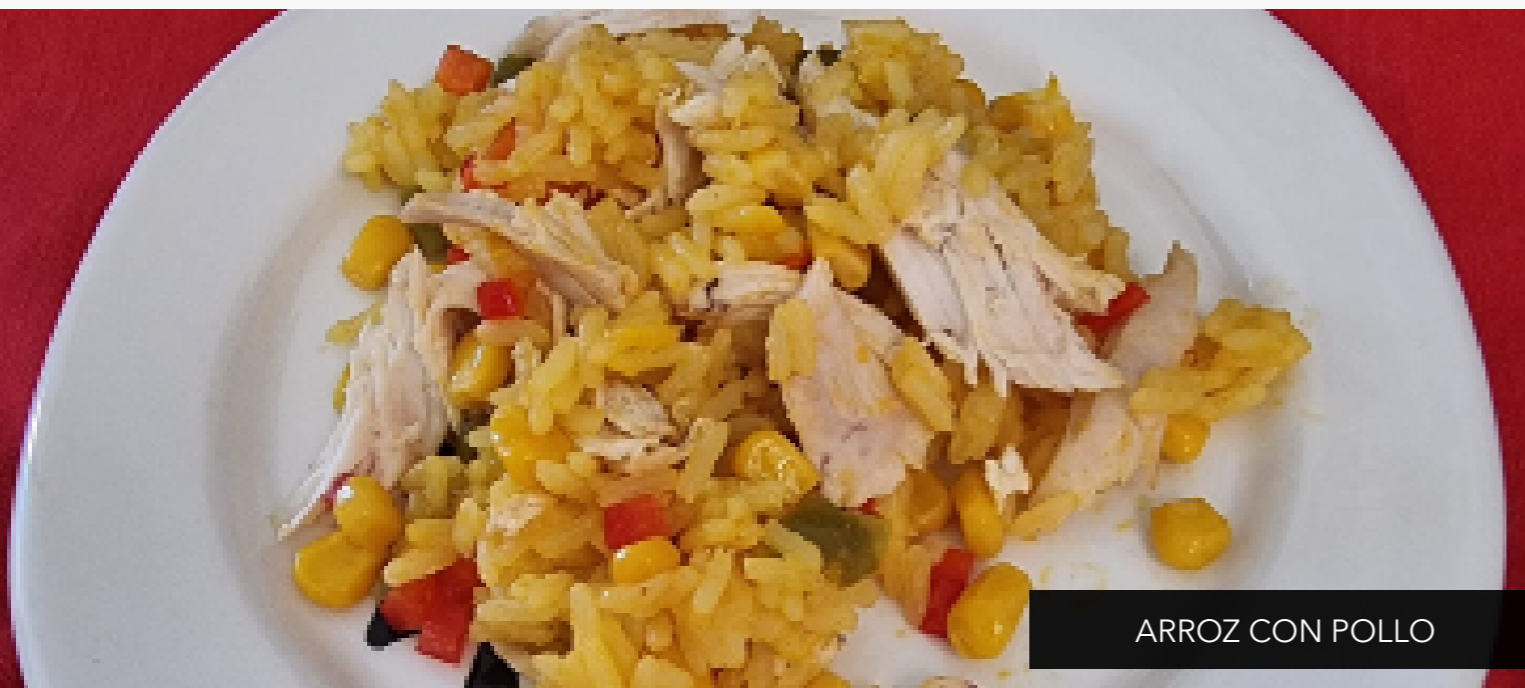
En una olla sofríe la cebolla, el ajo y el pimiento restantes. Una vez pochados, agrega la zanahoria cortada en cuadritos y las judías verdes picadas durante un par de minutos. Añade el sobre de azafrán y la mantequilla, deja cocinar todo por 3 minutos y pásalo a un molde para horno.

Añade a la preparación el arroz y revuelve. Incorpora el caldo, rectifica la sal (si es necesario), tapa el molde con papel aluminio y cuece en el horno a 200 °C durante 20 minutos.

Una vez transcurrido este tiempo, destapa el arroz, para que se seque el exceso de caldo, saca del horno e incorpora los muslos y el maíz.

3 | El consejo

El secreto de un buen arroz con pollo es hacer un caldo excelente. En otras palabras, que sea sabroso (incluso un poco pasado de sal) para que no pierda sabor al añadirle el arroz.



ARROZ CON POLLO



CHEF

GRACE RAMÍREZ

¿Quién es Grace Ramírez?

La mediática y televisiva chef Grace Ramírez es voluntaria y asesora del trabajo de filantropía social de World Central Kitchen, activista de Naciones Unidas y embajadora mundial de Ron Zacapa.

Conocida como “La Latina”, ha vivido en todo el mundo y no solo cocina con sabores e ingredientes latinoamericanos, sino que también empodera a niños, mujeres y minorías para que encuentren y desarrollen su pasión personal al educarlos sobre todos los aspectos de la alimentación.

Comparte sus conocimientos el programa Hogar de HGTV, es host de las series Destino Con Sabor y De Chuparse los Dedos (con la que viaja por todo Estados Unidos); se desempeña como jueza de la serie Chef a Domicilio y ha participado en muchos otros programas de la televisión estadounidense, como Beat Bobby Flay y el Dish on Oz.

Ramírez (quien nació en Miami, creció en Venezuela y vive en Nueva York) trabaja y colabora con organizaciones como la

Horticultural Society of New York, Wellness in the Schools, Healthier Generation, New Zealand’s Garden to Table, Nuestros Pequeños Hermanos, Woman Kind, entre otras.

En 2018 recibió el premio Distinguished Latina Star Award, otorgado por el Colegio de Abogados de Puerto Rico, por sus esfuerzos de ayuda por el huracán María. Además apareció en Cherrybombe’s 100, una distinción que celebra a las mujeres más influyentes en la industria hotelera.

Es autora de los libros The Five Ingredient Electric Cooker Cookbook y La Latina.



GUASACACA

GUASACACA

Ingredientes

- 4 dientes de ajo pelados
- ½ taza de “Aceite del Bajo Aragón” DOP
- 1 aguacate
- 2 cucharadas de jugo de limón
- ¼ taza de perejil picadito
- ¼ taza de cilantro picadito
- 1 cucharada de vinagre blanco
- 1 chile verde picante, sin semillas y picadito (opcional)
- Hojuelas de sal marina
- Pimienta negra recién molida

Elaboración

Utilizando un morterito, agrega los ajos y una pizca de sal y machaca hasta formar una pasta. Agrega una cucharada de aceite de oliva, unta y reserva.

En un recipiente mediano, agrega el aguacate y el jugo de limón y con un tenedor machaca o aplasta hasta obtener una especie de puré. Al puré, agrégale el resto del aceite de oliva y los demás ingredientes. Mezcla bien.

Prueba y rectifica la sal y la pimienta.

RESTAURANTE IVÁN
CERDEÑO-CIGARRAL DEL ÁNGEL

CHEF

IVÁN
CERDEÑO



¿Quién es Iván Cerdeño?

Reconocido hasta en dos ocasiones con una estrella de la Guía Michelin y Premio Nacional de Hostelería a la Innovación 2018, Iván Cerdeño ha iniciado una nueva etapa profesional en el restaurante Cigarral del Ángel (Toledo).

En su trabajo interpreta una cocina de memoria y entorno fuertemente arraigada a Toledo, a su huerta, su ribera y sus cercanos montes.

BRANDADA DE BACALAO

Ingredientes

Para la brandada
de bacalao

- 100 g de “Aceite Sierra del Moncayo” DOP
- 3 dientes de ajo
- 300 g de bacalao escurrido
- 350 g nata

Para los merenguitos de ajo

- 120 g clara de huevo
- 57 g TPT
- 46 g base metil (gelificante)
- 4 g albúmina
- 4 g ajo en polvo

Otros

- Piñones tostados
- Huevo cocido
- Miel
- Polvo de patata morada
- Pétalos de flor de romero

Elaboración

1 | De la brandada

Dora los ajos en el aceite y, una vez listos, añade el bacalao y deja que se cocine para que pierda el agua que le quede.

Cuando el bacalao esté cocinado y sin agua, añade la nata y cocina de 5 a 10 minutos.

Deja infundir toda la mezcla durante 1 hora, cuela y corrige el punto de sal.

2 | De los merenguitos

Mezcla todos los ingredientes con la ayuda de un robot de cocina y monta a velocidad máxima durante 25 minutos.

Pasa la elaboración a manga pastelera, elabora los merenguitos y colócalos sobre la bandeja de la secadora. Sécalos durante 24 horas y consévalos en un envase que cierre bien.

3 | Acabado y presentación

En un bowl individual, preferiblemente transparente, coloca un puñado de piñones tostados, una cucharada de huevo cocido picado y un punto de miel.

Introduce la brandada en un sifón y sirve sobre los ingredientes anteriores.

Sobre la brandada coloca los merenguitos de ajo, el polvo de patata morada y unos pétalos de flor de romero.



BRANDADA DE BACALAO



CHEF

JHOSEF
ARIAS

¿Quién es Jhosef Arias?

El peruano Jhosef Arias Salinas estudió en el Instituto de Profesiones del barrio de los Olivos, en su Lima natal, y comenzó su camino en España como jefe de partida del grupo hotelero Meliá. En 2013 decidió montar su propio restaurante, Piscomar, y ese fue el punto de partida de lo que hoy es un grupo gastronómico formado por 4 locales: Piscomar, una típica cebichería peruana; Callao24, cuyas especialidades son la cocina criolla, los guisos y los chicharrones; Hassaku, con su cocina de influencias cantonesa y nikkei; y Humo, de pollos a la brasa y parrillas.

SECO DEL NORESTE

- RECETA PARA 4 PERSONAS -

Ingredientes

- 2 kg de paletilla de “Ternasco de Aragón” IGP
- 1 l de caldo de pollo
- 300 ml de cerveza rubia
- 200 ml de chicha de jora
- 300 g de “Cebolla de Fuente de Ebro” DOP
- 20 g de ají amarillo
- 20 g de ají panca
- 20 g de cilantro picado
- 20 g de ajo
- C/n de sal
- C/n de pimienta
- C/n de comino
- C/n tomate rallado
- C/n de cebolla morada
- C/n arroz blanco

Elaboración

1 | Del seco del noreste

El día antes condimenta la paletilla de ternasco con sal, pimienta, ajo, comino, cerveza y chicha de jora. Reserva en la nevera. Al día siguiente, séllalo por todas las caras en una sartén y reserva. Corta la cebolla en brunoise y sofríela con ají panca, ají amarillo, ajo, pimienta y comino de 10 a 15 minutos. Añade el ternasco (previamente sellado) y cocínalo durante una hora a fuego bajo con la cerveza rubia y la chicha de jora. Finalmente, agrega el caldo de pollo y cocina hasta que reduzca el líquido.

2 | Acabado y presentación

Cuando el ternasco esté listo, aromatízalo con con cilantro y tomate rallado. Sírvelo con cebolla morada fresca cortada en tiras, cilantro y arroz blanco.



SECO DEL NORESTE



CHEF

JOSÉ
MILITELLO

¿Quién es José Militello?

Chef director del Instituto de Estudios Superiores en Gastronomía Chef Campus Culinary Institute, José Eduardo Militello es un joven cocinero venezolano formado en el Instituto Le Cordon Bleu de Perú, en el Instituto Culinario de Caracas y en el Instituto Europeo del Pan.

Ha trabajado en Venezuela, Perú y República Dominicana y obtuvo la medalla de bronce en la Copa Culinaria de las Américas en 2017.

Asimismo, está ultimando los detalles del que será su propio restaurante en Caracas: Cocina.



ARROZ MELOSO



TERNASCO EN SALSA

ARROZ “C’ALIAL” MELOSO DE ALCACHOFAS Y LONGANIZA DE GRAUS

Ingredientes

Para el arroz

- 150 g de arroz “C’alial”
- 450 ml de fondo claro de vegetales
- 5 unidades de longaniza de Graus
- C/n de mantequilla
- C/n de aceite de oliva virgen extra
- Sal

Para el puré de cebolla caramelizada

- 4 “Cebollas Fuente de Ebro” DOP
- 300 g de mantequilla sin sal
- Sal

Para la alcachofa

- 3 alcachofas
- 500 ml de fondo oscuro
- C/n aceite vegetal
- C/n vinagre
- Sal

Elaboración

1 | Del puré de cebolla caramelizada

Corta las cebollas en juliana y saltéalas en una sartén junto con la mantequilla hasta que caramelicen.

Procesa en la Thermomix hasta obtener una consistencia de puré. Sazona y reserva hasta su uso.

2 | De la alcachofa

Limpia y tornea las alcachofas y colócalas en un bol con agua y vinagre para que no se oxiden.

Corta una parte a tu gusto para freír y otra en brunoise para cocinarla junto con el arroz.

3 | Del arroz

Trocea las longanizas sin las tripas.

En una olla, agrega un poco de aceite de oliva virgen extra y seguidamente las longanizas (hasta que doren). Añade las alcachofas, déjalas sofreír un poco y luego suma el arroz.

A tu gusto, agrega el puré de cebolla, mezcla y vierte el fondo de vegetales.

Deja que rompa el hervor y baja el fuego. Cocina revolviendo constantemente.

Añade un poco de mantequilla y rectifica la sazón.

4 | Acabado y presentación

En la base de un plato sirve el arroz y decora con algunas alcachofas fritas encima.

“TERNASCO DE ARAGÓN” IGP EN SALSA DE ESPECIAS, PURÉ DE CEBOLLA CARAMELIZADA Y ALCACHOFA

Ingredientes

Para el ternasco

- 1 paleta de “Ternasco de Aragón” IGP
- 150 ml de vino blanco DOP “Somontano”
- 1 zanahoria mediana
- 1 “Cebolla Fuentes de Ebro” DOP
- 2 tallos de apio
- 2 l de fondo oscuro
- Sal fina
- Pimienta negra molida
- Laurel

Para el puré de cebolla caramelizada

- 4 “Cebolla Fuentes de Ebro” DOP
- 300 g de mantequilla sin sal
- Sal

Para la alcachofa

- 3 alcachofas
- 500 ml de fondo oscuro
- C/n vinagre y agua
- Sal

Para la salsa del ternasco

- 4 l de fondo oscuro 200 ml de brandy
- 100 ml de vino blanco DOP “Somontano”
- 1 “Cebolla Fuentes de Ebro” DOP
- 1 zanahoria mediana
- 2 tallos de apio
- Harina
- Especias (anis estrella, pimienta guayabita, pimienta negra)
- Laurel

Elaboración

1 | Del ternasco

Corta los vegetales en mirepoix (en dados pequeños). Sazona el ternasco con sal y pimienta. Añade los vegetales y el ternasco en una bandeja, agrega el fino y el fondo oscuro con una hoja de laurel. Cubre con papel de aluminio y hornea durante 3 horas, aproximadamente, a 170 °C. Revisa que no se seque durante la cocción y, si es necesario, baña el ternasco con su propio jugo.

2 | Del puré de cebolla caramelizada

Corta las cebollas en Juliana y saltea en una sartén con la mantequilla. Deja que se caramelicen. Cuando estén listas, procésalas en la Thermomix hasta obtener una consistencia de puré. Sazona y reserva hasta su uso.

3 | De la alcachofa

Limpia y tornea las alcachofas y colócalas en un bol con agua y vinagre para que no se oxiden. Córtalas en la forma que desees. En una sartén, séllalas un poco y cocínalas en el fondo oscuro. Sazona y reserva.

3 | De la salsa de ternasco

Corta en mirepoix la cebolla, la zanahoria y el apio. En una olla agrega los vegetales cortados en cubitos, un poco de aceite vegetal y dóralos. Añade un poco de harina y dejar cocinar. Seguidamente, desglasa con vino y brandy y dejar que se evapore el alcohol. Agregar las especias y cubre con el fondo oscuro. Deja cocer hasta que se haya reducido a la mitad, cuele y y deja que tome consistencia de salsa.

4 | Acabado y presentación

En un plato llano añade una cucharada de salsa de ternasco. Sobre ella dos piezas de carne y un par de trocitos de alcachofa. Decora con alguna hojita verde.



RESTAURANTE TATEL

CHEF

JUAN ANTONIO
MEDINA

¿Quién es Juan Antonio Medina?

Tras su paso por los restaurantes A'Barra y Zalacaín y después de formar parte del equipo de cocina de Quique Dacosta, Juan Antonio Medina es, desde comienzos de 2022, el chef ejecutivo internacional de Tatal, la división gastronómica de Mabel Capital.

Juan Antonio tiene como base Tatal Madrid donde trabaja con David Rodríguez, jefe de cocina del restaurante, y desde allí, gestionan la toda la propuesta gastronómica del grupo, en la que la sostenibilidad en los procesos y los productos de temporada y de cercanía son los protagonistas.

CARACOLAS DE CALABACÍN SOBRE CALDO DE CEBOLLA ROJA Y TOQUES FRESCOS AL ESTILO TATEL

Ingredientes

- 300 g de calabacín
- 500 g de cebolla roja
- 50 g de brandy
- 600 g de agua
- 20 g de “Aceite del Bajo Aragón” DOP
- 10 g de jengibre
- 5 g de azúcar
- 600 g de zumo de naranja
- 1 g de agar- agar
- 3 g de hierbabuena
- 2 g de brotes de acelga roja
- 2 g de brotes de zanahoria
- 2 g de germinado de guisante
- 1 g de sal en escamas
- Sal y pimienta negra

Elaboración

1 | De las caracolas

Extrae láminas longitudinales de los calabacines con la máquina corta fiambres.

Calienta abundante agua en una cacerola amplia y escalda las láminas durante unos segundos. Retira y sumerge en un recipiente con agua helada para refrescar rápidamente.

Extiende las láminas de calabacín sobre un paño limpio y sécalas. Una vez secas enróllalas en forma de caracola y resérvalas.

2 | Del caldo de roja

Corta la cebolla en trocitos y tuéstala con aceite de oliva para que caramelicé por dentro y por fuera. Una vez finalizado este proceso introduce la cebolla en una bolsa de vacío.

A continuación, incorpora el brandy y el agua a la bolsa y deja que se cocine a baja temperatura en el horno a 62 °C durante 12 horas.

Una vez elaborado el caldo, cuévalo y rectifica la sal y la pimienta. Resérvalo.

3 | Del gel de jengibre y naranja

Hierve la mitad del zumo de naranja, el azúcar y el agar-agar. Retira del fuego y vierte la mezcla en otro recipiente donde deberás agregar el resto del zumo de naranja y el jengibre. Deja enfriar la mezcla.

Una vez fría pásala por una túrmix hasta obtener una crema. Guarda en un biberón en frío.

4 | Acabado y presentación

En el fondo de un plato hondo, coloca las caracolas de calabacín y, en la parte central, un punto del gel de jengibre y naranja. Seguidamente coloca los brotes, los germinados y las escamas de sal sobre el calabacín.

Finaliza presentando con el caldo de cebolla roja y unas gotas de aceite de oliva.



CARACOLAS DE CALABACÍN



CHEF

LUIS GUILLERMO
CASTRO

¿Quién es Luis Guillermo Castro?

Consultor gastronómico con una amplia trayectoria en food service, Luis Guillermo Castro es licenciado en Fitotecnia y chef instructor certificado con un máster en Dirección de Restaurantes, Hostelería y Restauración. Ha sido chef ejecutivo de Hard Rock Café Madrid, es juez es competiciones culinarias internacionales, promotor de los productos de Costa Rica en Europa y representante en España del Foro Iberoamericano de Organizaciones Gastronómicas Profesionales.

CROQUETAS DE YUCA CON “JAMÓN DE TERUEL” DOP

Ingredientes

- 500 g de yuca de Costa Rica pelada y en trozos (sin el cordón del centro)
- 2 l de agua
- 1 cucharada de sal
- 60 g mantequilla
- 130 g de “Jamón de Teruel” DOP picado en taquitos
- 2 huevos batidos
- Pan rallado
- Sal y pimienta al gusto
- Abundante “Aceite Sierra del Moncayo” DOP para freír

Elaboración

Cuece la yuca en agua con sal hasta que esté tierna (verifica pinchándola con un tenedor). Para un sabor más intenso, puedes sustituir el agua por un buen caldo de huesos de jamón. Cuando esté tierna, escúrrela y prepara un puré ayudándote con un tenedor o una prensa.

Mientras esté aún caliente, agrega el jamón y la mantequilla, mezcla todo bien y verifica el punto de sal (si quieres que sea más cremosa, agrega un poco de agua de cocción de la yuca hasta obtener una textura agradable).

Deja enfriar y lleva al refrigerador por al menos 2 horas, para que la masa tenga una textura fácil de manejar.

Elabora las croquetas, pásalas por huevo batido y pan rallado. Si te gustan muy crujientes puedes utilizar panko o hacer doble empanado (se pasan de nuevo por huevo batido y pan rallado). Fríelas en abundante aceite caliente a unos 175 °C, hasta dorar. Cuando estén listas, escurre el excedente de aceite en papel de cocina y sírvelas calientes.



CROQUETAS



PICADILLO

PICADILLO DE PLÁTANO VERDE CON BORRAJA “C’ALIAL” Y “TERNASCO DE ARAGÓN” IGP

Ingredientes

- 1 taza de “Cebolla Fuentes de Ebro” DOP picada en cubitos
- 2 dientes de ajo picados finamente
- ¼ taza de pimiento rojo picado
- 350 g de carne de “Ternasco de Aragón” IGP picada
- 2 plátanos machos muy verdes pelados y picados en cubos de 1 cm (mantenlos en agua con un poco de sal mientras prepara el resto de los ingredientes)
- 1 zanahoria pequeña pelada y picada en daditos de 1 cm
- 2 tazas de caldo de carne
- 1 cucharada de pimentón ahumado
- 1/8 cucharadita de pimienta negra molida
- 3 a 4 tazas de Borraja “C’alial” fresca picada (hojas y tallos)
- 1/2 taza de cilantro fresco picado
- 1 cucharadita de sal (o sal al gusto)
- C/n de “Aceite del Bajo Aragón” DOP

Elaboración

En una olla echa un chorro de aceite de oliva y sofríe la cebolla hasta que esté blanda. Agrega el ajo y el pimiento picado y sofríe por un minuto (no dejes que el ajo se queme).

Agrega el ternasco y cocina unos instantes, para que se impregne del sabor de la cebolla y el ajo, removiendo todo ocasionalmente. Añade el plátano picado (escurrido) y la zanahoria y mezcla todo bien.

Vierte el caldo de carne, el pimentón, la pimienta negra y la sal. Tapa la olla y cocina a temperatura media hasta que este el plátano suave pero al dente. Remueve de vez en cuando evitando que se pegue en el fondo de la olla. Si se seca mucho agrega un poquito más de agua o caldo.

Finalmente, incorpora la borraja y el cilantro. Mezcla, tapa y cocina a temperatura baja unos tres minutos más. Verifica el punto de sal y sirve.



RESTAURANTE BAOBAB

CHEF

MANUEL
RODRIGO

¿Quién es Manuel Rodrigo?

Bajo la filosofía de crear un restaurante de cocina vegetariana “atractiva, sorprendente, sana y placentera para todos” nació en 2005, en Zaragoza, Baobab.

Detrás del proyecto está su chef y socio, Manuel Rodrigo, quien se inició en los fogones del restaurante Paradís de Lleida. Después tuvo un puesto de comida vegetariana y, años más tarde, un pequeño restaurante (hoy reformado) en el que ejecuta platos vegetarianos “sin dogmas ni complejos”.



ALCACHOFAS RELLENAS



HERENCIA MORA

ALCACHOFAS RELLENAS DE PRALINÉ DE ALMENDRAS Y AJO NEGRO

Ingredientes

Para las alcachofas

- C/n de alcachofas
- C/n de aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Polvo de regaliz

Para el praliné

- 500 g de almendras marconas peladas
- 50 g de azúcar moreno integral

Para la mayonesa de ajo negro

- 300 ml de leche de soja
- 1 l. de aceite de oliva suave
- 8 g de sal
- 2 cabezas de ajo negro

Para el chutney de tomate

- 1 k de tomate maduro
- 5 g de pimienta rosa
- 10 g de sal
- 250 g de azúcar moreno integral de caña
- 3 g de pimienta negra molida
- Un chorrito de zumo de limón

Elaboración

1 | De las alcachofas

Cuece las alcachofas en horno de vapor por 25 minutos y límpialas hasta quedarte solo con los corazones. Confítalos en abundante aceite de oliva con una pizca de sal y otra de regaliz hasta que el aceite llegue a 85 °C. Resérvalos.

2 | Del praliné

Tuesta las almendras al horno con un poco de aceite y sal. Pásalas por el robot de cocina con el azúcar moreno para que vayan soltando su propio aceite y se forme una pasta densa, fina y sin grumos.

3 | De la mayonesa de ajo

Pon la leche de soja, la sal y el ajo en el vaso alargado de la batidora de mano. Bate los ingredientes mientras añades, poco a poco, el aceite de oliva hasta que emulsione.

4 | Del chutney de tomate

Pela los tomates y ponlos en la olla con el resto de los ingredientes. Lleva al fuego y deja que se cocine. Bate la salsa y resérvala.

5 | Acabado y presentación

Para el montaje, coge los corazones de alcachofa y rellénalos con el praliné de almendras, cúbrelos con la mayonesa de ajo negro y hornéalos a 180 °C hasta que tomen un color ligeramente dorado.

En un plato llano extiende una cucharada de chutney de tomate, coloca tres corazones horneados y decora con un poco de cebolla frita y algún pétalo de rosa.

HERENCIA MORA: BAKLAVA DE PISTACHOS Y ALBARICOQUE

Ingredientes

Para la baklava

- 300 g de orejones de albaricoque
- 300 g de pistacho
- 150 g de dátiles
- 60 g de harina de almendras
- 150 g de azúcar moreno integral
- 16 hojas de pasta filo
- C/n mantequilla derretida

Para el sirope

- 500 ml de zumo de naranja natural
- 150 g de azúcar moreno integral
- 5 g de cardamomo verde

Para los melocotones

- 4 melocotones de Calanda
- 100 g de azúcar moreno integral
- Ralladura de una naranja
- Chorrillo de moscatel
- Una pizca de azafrán

Para el helado

- 1 l de nata
- 200 g de azúcar moreno integral
- 1 rama de canela
- 2 clavos de olor
- 5 g de cardamomo verde
- 5 g de jengibre fresco
- Piel de una naranja
- 7 huevos frescos

Elaboración

1 | De la baklava

Con la ayuda de un robot de cocina pica los orejones, los pistachos, los dátiles, la harina y el azúcar buscando una textura granulosa.

En una bandeja de horno apila 7 hojas de pasta filo, untando mantequilla derretida entre capa y capa. Extiende el relleno y realiza la misma operación anterior con 9 capas más (no olvides añadir mantequilla derretida entre cada estrato).

Corta el montaje en rombos y déjalo reposar en la nevera durante unos 30 minutos. Al cabo de este tiempo, hornea durante 20 minutos a 170 °C.

2 | Del sirope

Lleva a ebullición el zumo de naranja natural, el azúcar moreno y el cardamomo verde.

Cuando saques la baklava del horno, rocía cada rombo con el sirope.

3 | De los melocotones

Corta los melocotones en láminas y saltéalas a fuego medio con el azúcar, la ralladura de naranja, el moscatel y el azafrán. Deja que los líquidos se reduzcan y los melocotones se caramelicen.

4 | Elaboración del helado

Hierva la nata, con el azúcar, la rama de canela, los clavos, el cardamomo, el jengibre y la piel de naranja. Deja reposar la mezcla durante media hora y cuélala. Bate 7 huevos frescos hasta que hagan espuma y mézclalos con la nata colada. Pásalo todo a un recipiente y llévalo al congelador.

5 | Acabado y presentación

Para el montaje, pon un trozo de baklava y sobre él el melocotón caramelizado, una bolita de helado y unos pistachos picados.



HOSPEDERÍA EL BATÁN

CHEF

MARÍA JOSÉ
MEDA

¿Quién es María José Meda?

María José Meda entró por primera vez en una cocina en 1999 y, desde entonces, su carrera ha dibujado una curva ascendente. En ese momento abrió la Hospedería El Batán, 10 años más tarde estudió cocina y en noviembre de 2013 llegó la primera estrella Michelin.

Hoy puede decir con orgullo que dirige el único restaurante de Teruel que ha obtenido esta distinción.

CEVICHE DE PERROCHICOS, REBOZUELO Y LUBINA CON ENSALADA DE VEGETALES DE ARAGÓN Y LECHE DE TIGRE

- RECETA PARA 2 PERSONAS -

Ingredientes

Para el ceviche

- 30 g perrochicos
- 30 g rebozuelos
- 50 g lubina
- 50 g de vegetales: judía verde de Teruel, borraja, col lombarda de Zaragoza, cebolla de la Fuente del Ebro
- Zumo de 1 lima
- Zumo de 1 limón
- C/n sal Maldon
- C/n pimienta rosa
- C/n mostaza antigua
- C/n aceite de oliva virgen extra Alcañiz
- C/n vinagre de mirin

Para la leche de tigre

- 30 g de zumo de limón
- 30 gr de zumo de lima
- 30 g de cebolla de la Fuente del Ebro
- 30 g de col lombarda de Zaragoza
- 30 g de langostinos
- 30 g de pescado fresco
- 30 g de apio
- 15 g de cilantro
- C/n fumet de pescado
- C/n sal
- C/n pimienta
- C/n cayena
- C/n hielo pilé

Elaboración

1 | Elaboración de la leche de tigre

Exprime una lima y un limón en un cuenco. Introduce en ellos los langostinos y el pescado fresco y déjalos macerar durante 5 minutos. Una vez pasado este tiempo, empieza a triturar por orden. En primer lugar, la lima, el limón, los langostinos y el pescado fresco.

Añade a esta mezcla el apio, el cilantro, la sal, la pimienta y la cayena. Suma la cebolla, la col lombarda y el fumet de pescado.

Por último agrega el hielo pilé para darle un toque muy frío. No olvides que es importante respetar el orden de los ingredientes para el resultado final.

2 | Elaboración del ceviche

Lamina la lubina siguiendo el corte hirisukuri (perpendicular a la tabla y siempre rompiendo la fibra del pescado). Exprime la lima y el limón y vierte cada zumo en un recipiente independiente. En uno de los bowls añade un chorro de vinagre de mirin (en él vas a hacer el ceviche de perrochicos y rebozuelos). Limpia muy bien los perrochicos y los rebozuelos con agua y un cepillo y ponlos a cocinar en su cuenco. Sumerge la lubina cortada en el otro recipiente y deja que macere durante unos 4 minutos.

Corta en juliana las judías verdes, la cebolla y la col lombarda. Aliña con la sal, la pimienta rosa, el aceite, el vinagre de mirin y la mostaza antigua.

3 | Acabado y presentación

En un plato hondo coloca la ensalada de vegetales de Aragón. Acompañala con los ceviches de perrochicos y rebozuelos y el de lubina. Este plato se acompaña con unas fresitas silvestres de los pinares de la Sierra de Albarracín y se sirve con la leche de tigre, que ayuda a conseguir una explosión de sabores.



CEVICHE DE PERROCHICOS



LA FONTANA GASTRO

CHEF

MIGUEL XAVIER
MONAR

¿Quién es Miguel Xavier Monar?

Chef ejecutivo y director de desarrollo corporativo en La Fontana Gastro (Madrid) y asesor gastronómico con casi dos décadas de experiencia en el sector de la restauración, Miguel Xavier Monar ha dirigido restaurantes y grupos de hostelería de primer nivel en Europa, Asia y América, a partir de la formación de equipos de cocina y sala.



SECO DE TERNASCO

SECO DE TERNASCO

- RECETA PARA 4 PERSONAS -

Ingredientes

- 1 paletilla y 1 espalda de ternasco de Aragón
- 4 cebollas de la fuente del Ebro DOP
- ½ kilo de arroz brazal
- 8 dientes de ajo
- 1 pimientos rojos
- 150 cl de aceite de oliva empeltre
- 1 cucharadita colmada de comino molido
- 1 cucharadita colmada de tomillo
- 1 litro de zumo de naranja natural
- ½ litro de cerveza rubia
- 1 cucharada colmada de sal
- 1 aguacate maduro
- 1 huevo cocido

Elaboración

1 | Elaboración

Haz cortes oblicuos en la carne del ternasco.

En un cuenco, coloca 3 cebollas picadas en mirepoix, 6 dientes de ajo machados, 1 pimiento rojo en mirepoix, el aceite de oliva, el comino, el tomillo, el zumo de naranja, la cerveza y la sal. Tritura todo y comprueba la sal (debe quedar potente de sabor).

Sumerge el ternasco en el líquido hasta que quede cubierto, tapa bien y déjalo macerar refrigerado por 24 horas (mínimo).

Al día siguiente precalienta el horno a 180 °C. Hornea el ternasco con la mitad de la mezcla, cubriendo la bandeja con papel aluminio, durante 3 horas. Pasado ese tiempo, comprueba la cocción de la carne.

Tras el horneado, coloca el líquido de cocción sobrante en una olla y añade lo que quede del procesado de las verduras. Cuece y reduce durante unos 20 minutos.

Deshebra la carne, añádela a la olla y deja que se reduzca el líquido. Rectifica la sal.

Para la guarnición, pon en una olla un chorrito de aceite de oliva con dos dientes de ajo machados. Añade el arroz y la sal y cuece unos pocos minutos hasta que quede 'nacarado'. Añade agua y cuécelo.

2 | Acabado y presentación

Con la ayuda de un cilindro de acero, coloca una base de arroz, encima la carne de ternasco desmenuzado y remata con una flor de aguacate y con el huevo cocido rallado fino.



CHEF

MONTSE
ABELLÁ

¿Quién es Montse Abellá?

Formada en la Escuela de Hostelería y Turismo de Cambrils (Tarragona) y Prix au Chef Pâtissier 2019 por la Academia Internacional de Gastronomía, Montse Abellá fue la chef repostera de Santceloni (con 2 estrellas Michelin) hasta su cierre a finales de 2020.

Antes de llegar al restaurante madrileño estuvo en Racó de Can Fabes; Le Près d'Eugenie (de Michel Guerard); en el restaurante Parco Ciani (en Lugano, Suiza) y en el Restaurante Matteo en Oiartzun.

BIZCOCHO DE ACEITE DE OLIVA CON CREMA DE QUESO, MANZANA Y TRUFA NEGRA

Ingredientes

Para el bizcocho de aceite y amapola

- 170 g de “Aceite Sierra del Moncayo” DOP
- 4 g de levadura química
- 250 g de harina
- 100 g de mantequilla
- 240 g de azúcar
- 8 huevos enteros
- 20 g de leche
- 80 g de semillas de amapola

Para la crema de queso

- 200 g de queso fresco
- 75 g de nata
- 50 g de azúcar glas
- 1 huevo
- 1 pizca de sal

Para la manzana reineta

- 500 g de manzana
- 150 g de azúcar
- 150 g de mantequilla

Otros

- C/n de trufa negra

Elaboración

1 | Del bizcocho de aceite y amapola

Pon los huevos y el azúcar a montar. Una vez montados añade la leche y la mantequilla líquida junto al aceite y a continuación, con la ayuda de una espátula, agrega la harina con la levadura y la amapola.

Sirve la mezcla en un molde rectangular, previamente cubierto con mantequilla, y hornea a 180 °C de 30 a 40 minutos.

2 | De la crema de queso

Pon a montar todos los ingredientes. Cuando la mezcla haya espesado, retira y reserva.

3 | De la manzana reineta

Pela y corta las manzanas en trozos grandes y saltéalos en una sartén con el azúcar y la mantequilla. Deja que se cocinen a fuego lento hasta que se deshagan. Reserva en frío.

4 | Acabado y presentación

Corta el bizcocho en rectángulos de 6x3 cm. Coloca el rectángulo en un plato, napa generosamente con la crema de queso y ralla la trufa (al gusto). Con la manzana templada, haz una quenelle con dos cucharas.



BIZCOCHO DE ACEITE DE OLIVA



CHEF

ÓSCAR
VELASCO

¿Quién es Óscar Velasco?

Mejor Chef del Año 2006 (en Madrid Fusión); Premio Nacional de Gastronomía al Mejor Jefe de Cocina 2007 (por la Real Academia de Gastronomía) y Chef de l'Avenir 2006 (por la Academia Internacional de Gastronomía), el segoviano Óscar Velasco dirigió las cocinas de Santceloni hasta su cierre a finales de 2020.

Estudió en la Escuela de Hostelería de Segovia, trabajó en el restaurante Zalacaín y fue jefe de partida de Martín Berasategui.

ALCACHOFAS, APIONABO Y TRUFA NEGRA CON JUGO DE JAMÓN Y CENTENO

Ingredientes

Para el puré de apionabo

- 50 g de “Cebolla Fuentes de Ebro” DOP cortada en brunoise
- 250 g apionabo pelado y cortado en dados de 1 cm
- 100 ml agua
- C/n “Aceite del Bajo Aragón” DOP
- Sal

Para el jugo de jamón y centeno

- 200 ml de jugo de “Cebolla Fuentes de Ebro” DOP
- 2 kg cebollas
- 40 g de dados de “Jamón de Teruel” DOP
- 20 g de migas de pan de centeno
- Sal

Otros

- 8 piezas de alcachofas gordas, cortadas en láminas, cocidas y salteadas
- 50 g de trufa negra laminada fina y picada en juliana
- Perejil picado

Elaboración

1 | Del puré de apionabo
En una cazuela, rehoga la cebolla durante 10 minutos con un chorro de aceite oliva. Pasado este tiempo, añade los dados de apionabo y déjalos cocer durante 30 minutos más. Agrega el agua hasta cubrir y deja que hierva todo junto por 5 minutos más. Corrige el punto de sal y tritura la mezcla en la Thermomix hasta que quede un puré espeso.

2 | Del jugo de jamón y centeno
Pela las cebollas y córtalas a la mitad. Ponlas dentro de una bolsa de vacío especial, con una punta de sal, envásalas y lleva la bolsa al horno de vapor durante 10 u 11 horas hasta que el jugo tenga un bonito color dorado.
Pasado el tiempo, retira las bolsas, ábrelas y escurre el jugo en una estameña con peso encima.
Prueba el jugo resultante, corrige el punto de sal y resérvalo en frío.
En un cazo, vierte los 200 ml de jugo de cebolla y ponlo al fuego hasta que empiece a hervir. Retíralo, añade los dados de jamón y la miga de pan de centeno y permite que la mezcla infusión durante un minuto.
Tritura en la Termomix, pásalo por un colador chino fino, rectifica la sal y reserva caliente.

3 | Acabado y presentación
En la base de un plato soperero sirve una cucharada del puré de apionabo y encima las alcachofas muy calientes. Espolvorea el plato con la trufa picada y el perejil y termina sirviendo el jugo muy caliente sobre la trufa negra.



ALCACHOFAS, APIONABO Y TRUFA NEGRA

RESTAURANTE LA MANDUCA
DE AZAGRA

CHEF

RAQUEL
SÁNCHEZ



¿Quién es Raquel Sánchez?

Raquel Sánchez Delgado nació en Azagra (Navarra) en 1973. Cursó estudios de Técnico Especialista en Laboratorio y su inquietud por la cocina la llevó a unirse a la familia de La Manduca de Azagra en sus inicios, comenzando así su formación autodidacta, restaurante en el que se ha dedicado especialmente al tratamiento y desarrollo de recetas tradicionales navarras, así como a su amplio repertorio de verduras. Hace ya casi 20 años se mudaron a Madrid y, desde entonces, muestran y transmiten la esencia de sus orígenes. Por ello, en 2015, recibieron el Premio de la Academia Navarra de Gastronomía por “haber permitido la revitalización de la cocina navarra en la capital de España”.

BORRAJA “C’ALIAL” Y ALCACHOFA

Ingredientes

- 2 alcachofas
- 1 Borraja “C’alial”
- 2 “Cebollas Fuentes de Ebro” DOP
- 3-4 dientes de ajo
- C/n “Aceite Sierra del Moncayo” DOP
- Sal
- 1 patata pequeña
- Flor de borraja para decorar

Elaboración

1 | De las alcachofas

Limpia las alcachofas y sus tallos y cuécelas en agua con sal durante 10 minutos, aproximadamente. Deja reposar en su agua y reserva.

2 | De la borraja

Limpia y corta la borraja a la medida deseada. Limpia también las cebolletas y cuece ambas verduras en agua con sal durante 4-5 minutos, aproximadamente. Resérvalas fuera del agua de cocción.

3 | De la crema ligera de patata y ajo

Cuece una patata pequeña con tres o cuatro dientes de ajo limpios de piel y germen. Una vez cocida, tritura con el ajo y un poco de su agua de cocción. Rectifica el punto de sal y emulsiona con aceite de oliva virgen extra. Reserva.

4 | Acabado y presentación

En una sartén, rehoga las alcachofas cocidas con sus tallos, la borraja y las cebolletas. Mancha el plato con la crema ligera de patata y ajo y coloca las verduras. Decora con la flor de borraja.



BORRAJA Y ALCACHOFA



EL FUNAMBULISTA BAR

CHEF

RICARDO
CENTENARO

¿Quién es Ricardo Centenaro?

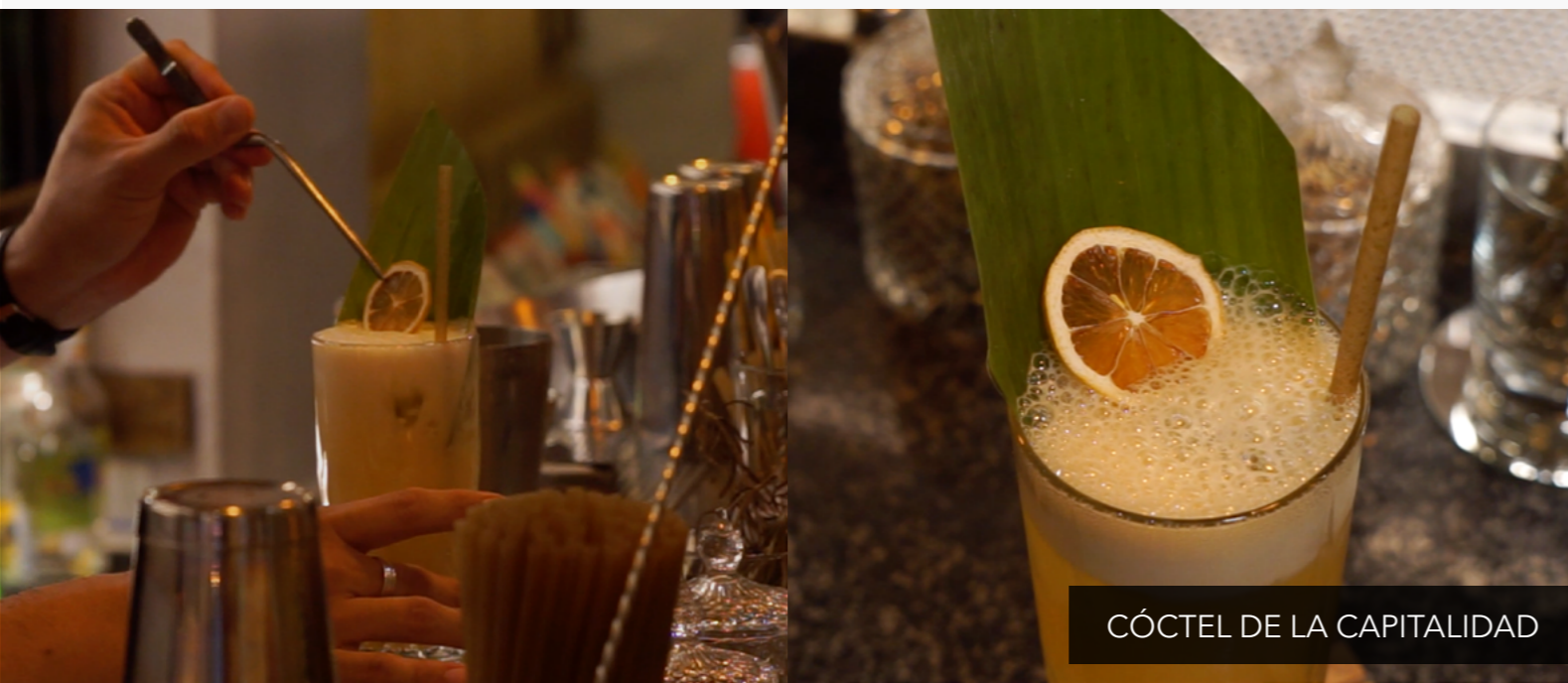
Ricardo Centenaro es un coctelero y Bar-Manager peruano afincado en España.

Su formación abarca desde Técnico Superior de Hostelería y Restauración hasta Grado de Turismo, pasando por distintos estudios de especialización en destilados y coctelería, así como Gestión de Empresas de Hostelería.

Algunas de sus creaciones aparecen en libros como: “El Gran libro del Vermut” de Francois Monti o “Se Mezcla en Español” de George Restrepo.

Su experiencia profesional incluye proyectos como: Le Cabrera, Casa América, Club Matador y Nh Collection Eurobuilding, los cuales le llevaron a ser pieza clave en el equipo de Diego Cabrera.

Actualmente dirige y opera Funambulista bar en Madrid e imparte consultoría especializada.



- PARTE 1 -

CÓCTEL DE LA CAPITALIDAD

Ingredientes

Para el fat wash de jamón de teruel y aceite del bajo aragón

- 1 Botella de 70 cl de Mezcal
- 50 g de “Jamón de Teruel” DOP
- 100 ml de “Aceite de oliva del Bajo Aragón” DOP

Para el shrub de cebolla caramelizada, espárrago y miel

- 700 ml de azúcar líquida
- 100 g de “Cebolla Fuentes del Ebro” DOP
- 300 g de espárragos blancos de Aragón
- 81 ml de Vinagre de Zaragoza
- 108 g de miel de Zaragoza

Para el crujiente de cebolla y espárragos

- 50 g de “Aceite de oliva del Bajo Aragón” DOP
- 40 g de restos sólidos del shrub de cebolla y espárragos.
- 10 g de agua
- 10 g de harina de trigo.

Para el montaje

- 1 vaso alto, tumbler o long drink
- 4 cubos de hielo
- 1 piel de limón
- 1 ramita de eneldo
- 1 crujiente de cebolla y espárragos
- 50 ml de shrub de cebolla caramelizada, espárragos y miel
- 50 ml de zumo de limón exprimido
- 25 ml de fat wash de Jamón de Teruel
- 25 ml de Pisco
- 100 ml de refresco de lima-limón

- PARTE 2 -

CÓCTEL DE LA CAPITALIDAD

Elaboración

1 | Del fat wash de jamón de teruel y aceite del bajo aragón

En una olla a baja temperatura poner el jamón y esperar a que su grasa se derrita y agregar el aceite de oliva del Bajo Aragón DOP. Incorporar el mezcal e ir removiendo hasta alcanzar los 65 grados centígrados.

Retirar del fuego y dejar reposar 1 día para que se integren los sabores.

Enfriar en nevera 1 día para que se separe bien la grasa del destilado.

Colar con una tela fina y reservar el líquido.

2 | Del shrub de cebolla caramelizada, espárrago y miel

Cortar la cebolla en brunoise (dados muy pequeños) y poner a pochar en una olla a fuego muy suave revolviendo con una cuchara hasta que caramelice.

A continuación incorporar los espárragos blancos.

Agregar el sirope de azúcar, llevar a ebullición durante 2 minutos y retirar del fuego.

Triturar toda la mezcla y colar con un colador fino. Reservar los restos sólidos.

Agregar al líquido resultante la miel y el vinagre.

Remover hasta su total disolución.

3 | Del crujiente de cebolla y espárragos

En un bol poner todos los ingredientes y mezclar con una varilla hasta homogeneizar.

Verter con una cuchara las porciones en una sartén antiadherente bien caliente. Y cocinar hasta que deje de hacer burbujas.

Retirar de la sartén con una pinza de detalle.

Reservar colocando los crujientes en un tupper poniendo papel entre capa y capa.

4 | Acabado y presentación

En el vaso con hielo agregar el shrub, el zumo de limón, el fat wash de jamón y el Pisco.

Revolver con una cucharilla mezcladora para enfriar.

Agregar el refresco de lima-limón hasta llenar el vaso.

Decorar con el twist de limón y la ramita de eneldo.

Terminar coronando el cóctel con el crujiente de cebolla y espárragos en el borde del vaso.



CHEF

SARITA GAROFALO

¿Quién es Sarita Garofalo?

Sarita Garofalo es directora del Centro Garofalo (centro de formación y capacitación laboral), creado en 1951, el primer instituto gastronómico de Paraguay y el más antiguo de América Latina.

Es profesora de gastronomía, en las cátedras de Técnico Gastronómico y Actualizaciones Internacionales, y hasta 2017 trabajó, ininterrumpidamente, en programas de televisión. También es miembro fundador de la Unión Latinoamericana de Instituciones de Educación Superior (ULADES) que promueve la formación integral, capacitación y especialización de estudiantes técnicos y profesionales en países como Portugal, Chile, Argentina, Venezuela, Perú, Panamá, Bolivia, Uruguay, Paraguay, Costa Rica Ecuador y México.

Entre otros premios, ha sido reconocida como Mujer Protagonista del Paraguay por la Defensoría del Pueblo (en 2004) y el Ministerio de Educación y Cultura la distingue como representante cultural de la gastronomía paraguaya por su excelente labor internacional.



KA'I KU'A



TORTA NEGRA



SOPA DE PALMITO

KA'I KU'A

Ingredientes

Para la masa

- 500 g de choclo
- 100 g de “Cebolla Fuentes de Ebro” DOP
- 30 g de manteca
- 5 g de sal fina
- 5 g de azúcar
- C/n de leche
- 150 g de queso Paraguay
- Hojas frescas de maíz

Para el relleno

- 250 g de queso Paraguay
- 3 huevos
- 1 ramo pequeño de cilantro
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto

Elaboración

1 | Mise en place

Desgrana el choclo y procésalo.

Pica la cebolla y el cilantro.

Lava las hojas frescas de maíz y dales un hervor.

Hierve los huevos durante 9 minutos y reserva.

Desmenuza los quesos.

2 | De la masa

Cocina la cebolla en la manteca. Integra el choclo, el azúcar y cocina con la leche necesaria hasta formar una polenta suave y densa. Condimenta con sal. Deja enfriar y agrega el queso.

3 | Del relleno

Mezcla los huevos duros con el queso y el cilantro. Condimenta con sal y pimienta.

Cuando esté listo el relleno, forma unos rectángulos con la masa del choclo, ahueca, rellena y envuelve con las hojas del choclo.

Hierve las humitas en abundante agua salada por 20 minutos.

4 | Acabado y presentación

Sirve las humitas tibias envueltas en sus hojas. Si lo deseas, puedes acompañarlas con alguna salsa de tu preferencia.

BOCADO DE TORTA NEGRA Y SURUBÍ AHUMADO

Ingredientes

Para la torta de miel

- 450 g de harina de trigo 0000
- 50 g de mantequilla
- 120 g (o 2 unidades) de huevo
- 2,5 g de canela
- 5 g de polvo de hornear
- 5 g de bicarbonato de sodio
- 500 ml de miel de caña
- 30 g de azúcar
- 1 pizca de clavo de olor en polvo
- 100 ml de jugo de naranja
- 5 g de ralladura de piel de naranja
- C/n mantequilla para lubricar el molde

Para el relleno

- 200 g de queso cremoso con sal
- C/n “Aceite del Bajo Aragón” DOP
- Hojas de cilantro
- 400 g de surubí ahumado en láminas finas
- Ají picante a gusto
- C/n semillas de eneldo

Elaboración

1 | Mise en place

Mide la harina.

Ralla la piel de naranja y exprime el zumo de las naranjas.

Dispón todos los ingredientes con el gramaje indicado.

2 | De la torta de miel

Precalienta el horno a 160 °C.

En un recipiente, forma una cremage con la mantequilla, el azúcar, los huevos, las especias y ralladura.

Integra a la harina, el polvo de hornear y el bicarbonato de sodio y añade, alternando, la miel y el zumo de naranja.

Carga la preparación en un molde rectangular y hornea por espacio de 30 minutos aproximadamente.

Corta en círculos de ½ cm. de altura por 6 cm de diámetro la torta de miel ya preparada con anterioridad.

3 | Del relleno

Condimenta el queso con el aceite de oliva virgen extra, las semillas de eneldo y el ají picante.

Deshidrata el surubí en finas láminas en el microondas hasta formar trozos crujientes.

4 | Acabado y presentación

Sobre cada círculo de torta, coloca la crema de queso, unos trozos crocantes de surubí y una hojita de cilantro.

SOPA DE PALMITO CON ACEITE DE TAYAO

Ingredientes

Para la sopa

- 250 g de palmito en conserva
- 1 “Cebolla Fuentes de Ebro” DOP
- 120 ml de leche de coco
- 30 ml de aceite de maíz
- 1 l de fondo de ave o de verduras
- 150 g de mandioca (yuca)
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto

Para el aceite de tayao

- 50 ml de aceite de maíz
- 1 diente de ajo
- 6 a 8 hojas de tayao
- 1 pizca de sal

Otros

- Ají picante confitado
- Fideos de pasta de mandioca fritos

Elaboración

1 | Mise en place

Ten listo 1,5 litros de caldo de ave o de verduras.

Pela la yuca y córtala en trozos de 10 centímetros. Hiérvela en abundante agua salada hasta que quede muy tierna.

Retira los tallos de las hojas de tayao, blanquéalas y pásalas por el mixer.

2 | De la sopa

En el “Aceite Sierra del Moncayo” DOP, rehoga la cebolla y corrige la sal.

Agrega el fondo de ave o verdura, la mandioca y los palmitos en trozos. Hierve durante 15 minutos, retira del fuego, deja enfriar y pasa la mezcla por el mixer.

Integra la leche de coco, rectifica sal y pimienta. Enfría la sopa.

3 | Del aceite de tayao

Calienta el aceite de maíz con el diente de ajo, integra las hojas de tayao (ya blanqueadas y procesadas) y cocina durante unos segundos. Retira del fuego, deja que se enfríe algunos minutos y pasa por el cernidor. Agrega una pizca de sal y reserva.

4 | Acabado y presentación

En un plato hondo sirve una ración de la sopa fría de palmito.

Para decorar dibuja con el aceite de tayao unos rayos que partan del mismo centro y, con la ayuda de un palito de brochet, dibuja una espiral para lograr el efecto deseado.

En el centro, coloca ají picante confitado y un par de fideos fritos de pasta de mandioca.



CHEF

TEBA
CASTAÑO

¿Quién es Teba Castaño?

Licenciada en Historia con especialidad en antropología americana, Teba Castaño es asesora en gastronomía sostenible, no solo desde el punto de vista de los restaurantes sino “de cualquier experiencia y evento, de la formación de equipos, del diseño de planes de sostenibilidad y acompañamiento en la ejecución, del diseño de cartas sostenibles y búsqueda de circularidad, de la creación de contenido para publicaciones especializadas y redes o del desarrollo de talleres de cocina y sensibilización”, tanto en proyectos existentes como para iniciativas nuevas.

TOMATE EN TEXTURAS CON PESTO DE BORRAJA “C’ALIAL” Y ALMENDRAS, MAYONESESA DE EMPELTRE Y MELOCOTÓN AGRIDULCE

Ingredientes

- 4 Tomates Rosa de Barbastro o 10 tomates cherry
- 750 g de azúcar
- 200 g de Borraja “C’alial” fresca (tallos y hoja más tiernos)
- 1 diente de ajo
- 50 g almendras de Aragón
- 1 limón
- 500 g de tomates maduros y de buena calidad
- 60 g de zumo de tomate
- 60 g de aceite de girasol
- 10 g de harina
- 100 ml de agua de tomate
- 1 limón
- Sirope de agave
- 1 chorrito de cava aragonés
- Hojitas de hierbabuena
- 1 huevo
- 300 ml de “Aceite Sierra de Moncayo” DOP
- 50 g de aceitunas de la variedad empeltre
- 1 “Melocotón de Calanda” DOP
- 100 ml de vinagre de manzana
- 100 ml de Agua
- 70 g de azúcar
- 2 clavos de olor
- 1 anís estrellado
- C/n Sal & C/n Pimienta

Elaboración

1 | Elaboración de los tomates curados

Pon a hervir una cacerola con agua. Lava bien los tomates y, con la ayuda de una puntilla, haz dos cortes en forma de cruz en la parte inferior de cada uno.

Cuando el agua esté hirviendo, baja el fuego y escalda los tomates durante 30-60 segundos, según su tamaño.

Retira los tomates y déjalos enfriar.

Pela los tomates tirando de la piel desprendida desde los cortes realizados.

En el caso de los tomates grandes, péralos en gajos, retira las pepitas con una cuchara de café y reserva. Los tomates cherry se curan enteros.

Prepara la mezcla de azúcar y sal para curar los tomates.

Introduce la mitad de la mezcla en un recipiente con base plana, coloca los tomates bien ordenados (sin amontonarlos) y cúbrelos con la mezcla restante. Filma el recipiente y reserva en la nevera de 6 a 8 horas.

Pasado este tiempo, retira los tomates de la salmuera (estará líquida por el agua que han soltado los tomates), limpia con agua el exceso de la mezcla de sal y azúcar y seca los tomates con papel absorbente. Si has seleccionado tomates cherry, puedes poner algunos por la mitad y ya estarían listos.

Reservalos.



TOMATE EN TEXTURAS CON PESTO

TOMATE EN TEXTURAS CON PESTO DE BORRAJA “C’ALIAL” Y ALMENDRAS, MAYONESA DE EMPELTRE Y MELOCOTÓN AGRIDULCE

Elaboración

2 | Elaboración del pesto de borraja

En un cazo, pon a calentar agua hasta que hierva. Mientras, separa los tallos y las hojas de la borraja y prepara un cuenco con agua fría y hielo.

Cuando el agua hierva, escalda la borraja durante 30 segundos e introdúcela en el agua fría para parar la cocción. Posteriormente, sécala con papel absorbente.

En el vaso de batidora añade la borraja, el diente de ajo pelado (y sin el germen), el limón, la sal y la pimienta. Tritura suavemente, incorpora las almendras y pícalas.

Retira la mezcla de la batidora e incorpora el aceite removiendo con una cuchara para integrar bien. Corrige el punto de sal, pimienta y limón y reserva.

3 | Elaboración del agua de tomate

Parte los tomates (maduros y de buena calidad) en gajos y mézclalos en un bol con la sal aplastándolos suavemente con una cuchara.

Transfiere los tomates a un paño tipo estameña para filtrar, colócalos sobre un colador y éste sobre una cacerola para que se vaya filtrando el agua de tomate.

Recoger el agua de tomate es un proceso lento, que puede tardar unas 24 horas, aunque puedes poner un peso sobre los tomates para acelerar el proceso.

No es necesario que el agua esté muy clara para poderle dar un tono más rosado a la granita.

Una vez obtenida el agua de tomate, reserva el tomate restante para elaborar la tuile.

4 | Elaboración de la granita de tomate y cava

Mezcla bien todos los ingredientes, salvo las hojas de hierbabuena. Comprueba si el agua de tomate está suficientemente salada y ajusta los sabores a tu gusto en caso contrario.

En un recipiente plano, vierte la elaboración y congélala al menos durante 8 horas (es recomendable que el líquido no coja mucha altura en el recipiente).

Una vez congelado, raspa la superficie con un tenedor para conseguir la textura de granita.

5 | Elaboración de la tuile de tomate

Con los restos de los tomates curados y del agua de tomate, haz un zumo con un robot de cocina o una batidora. Pasa el zumo resultante por el chino, para que quede una preparación fina y sin grumos (los pocos que encuentres los puedes incorporar al pesto). Prueba la preparación y, si fuera necesario, añade un poco de sal.

Mezcla con el aceite de girasol y la harina, disolviéndola bien.

Calienta una sartén antiadherente a fuego medio-alto. Cuando esté caliente vierte una cucharada de la mezcla, que se expandirá y le saldrán burbujas. Baja el fuego y cuando las burbujas desaparezcan, la tuile estará lista. Repite el proceso y retira las tuiles en un plato con papel absorbente. Resérvalas.

6 | Elaboración de la mayonesa de empeltre

Deshuesa las aceitunas y tritúralas con la batidora hasta obtener un paté.

Casca el huevo en el vaso de la batidora, incorpora el aceite y el zumo de limón. Introduce la batidora en el vaso. Ponla en marcha y manténla quieta sin moverla hasta que espese. Cuando veas que ha tomado cuerpo, realiza movimientos suaves, ascendentes y descendentes, hasta que quede una salsa homogénea.

A continuación, mezcla con el paté de aceitunas y corrige de sal y zumo de limón si hiciera falta.

7 | Elaboración de los melocotones agridulces

Vierte los líquidos en un cazo junto con las especias y pon a calentar hasta que arranque el hervor. Incorpora el azúcar y la sal hasta diluir. Deja hervir al menos 5 minutos a fuego lento. Retira y entibia.

Mientras, pela y corta los melocotones en rodajas finas o cubos. Introdúcelos en el agua de encurtir y déjalos macerar unos 10 minutos. Resérvalos.

8 | Acabado y presentación

En un plato, dispón los tomates curados con un poco del pesto de borraja encima. Intercala los gajos de melocotón encurtido, con puntos de la mayonesa de empeltre y la granita (decorada con brotes de hierbabuena).

Por último, coloca la tuile y decora con brotes verdes y un chorrito de aceite de oliva de la Sierra de Moncayo.



RESTAURANTE ATRIO

CHEF

TOÑO
PÉREZ

¿Quién es Toño Pérez?

Con 18 años, mientras estudiaba Bellas Artes, Toño descubrió su admiración por la cocina. Tiempo después comenzó su andadura por los fogones de los restaurantes Arzak, Jockey o elBulli.

Junto con José Polo abrió Atrio, en Cáceres, con una propuesta que destaca por el uso impecable de la técnica en favor de una cocina artística y creativa que respeta la tradición y los sabores locales.



JAMONESA

JAMONESA

Ingredientes

Para el agua de tomate
· 3000 g de Tomate Rosa de Barbastro

Para el sorbete de agua de tomate
· 400 ml de agua de tomate
· 20 ml de aceite de oliva virgen extra
· 6 g de sal
· 220 g de mayonesa
· 5 g de xantana
· 90 g de procrema

Para el aire de jamón
· 500 ml de agua de tomate
· 100 g de “Jamón de Teruel” DOP en trozos
· 2 g de xantana
· 6 g de lecitina de soja

Para la gelatina de agua de tomate
· 300 ml de agua de tomate
· 12 g de elastic

Otros
· 40 g de “Jamón de Teruel” DOP en dados
· Flores varias

Elaboración

1 | Del agua de tomate
Tritura el tomate en la Thermomix durante 10 segundos. Coloca la mezcla en una bandeja y congela y descongela dentro de una tela tipo estameña en la cámara para que vaya goteando durante un día entero. Reserva.

2 | Del sorbete de agua de tomate
Mezcla todos los ingredientes, introduce la mezcla en la Pacojet y congela.

3 | Del aire de jamón
En la Thermomix, tritura el jamón, junto con el agua de tomate y la xantana. Pasa la mezcla por un colador chino fino con estameña debajo. Aprieta la estameña hasta vaciar todo. Agrega la lecitina de soja, tritura y reserva en frío.

4 | De la gelatina de agua de tomate
Mezcla el agua de tomate con elastic. Levanta en un cazo y estira en una bandeja. Enfría, corta con moldes circulares y reserva en la cámara frigorífica entre papeles sulfurizados.

5 | Acabado y presentación
En la base del plato, coloca el jamón de Teruel en dados en semiesfera, apoya encima la gelatina, intentando que quede tapado. Añade las flores en el centro y, por último, el agua, el sorbete y aire al otro lado.

An anatomical dissection of muscle tissue, showing various muscle fibers and connective tissue layers. The image is a close-up, showing the texture and structure of the muscle. A central black box contains the word "GLOSARIO" in white capital letters.

GLOSARIO

G L O S A R I O

· AJÍ ·

Voz indígena que designa en América al pimiento (picante o dulce).

· MIEL DE CAÑA ·

Jarabe de caña dulce a partir del cual se fábrica también el azúcar. Planta traída por los conquistadores españoles a América.

· PALMITO ·

Corazón comestible de ciertas palmeras, se comercializan frescas o en conserva

· QUESO PARAGUAY ·

Queso fresco de leche vacuna, sin curar ni prensar, con cierto grado de acidez.

· SURUBÍ ·

Pez azul de agua dulce muy apreciado por su valor gastronómico. De la familia de las bagres, nativo de América del Sur.

· TAYAO ·

Tipo de espinaca indígena.