

Tarta de Nueces

Por: Chef Diego Dato Del Restaurante Melvin By Martín Berasategui

Preparación 45 minutos

Ingredientes

- 400 g de azúcar
- 8 huevos enteros

- 400 g mantequilla blanda
- 400 g de nueces peladas molidas



Separar las yemas de las claras de los huevos. Colocar las claras en un bol y montarlas a punto de nieve con unas varillas y añadir la mitad del azúcar.

Batir en un bol la otra mitad del azúcar con las yemas e incorporar la mantequilla poco a poco, batiendo sin cesar. Añadir las nueces a las yemas y mezclar las claras montadas inicialmente. Verter en un molde untado con mantequilla y enharinado. Cocer a 180°C unos cuarenta y cinco minutos.







Acabado y Presentación

Dejar enfriar a temperatura ambiente durante 20 min aproximadamente, espolvorear con azúcar glasé y lo podemos acompañar con una bola de helado de manzana.

Truco: Al mezclar las elaboraciones, usaremos una lengua para que no se baje la consistencia de las clara y yemas montadas. Conseguiremos un bizcocho aireado y esponjoso

Sopa Parmentier

Por: Chef Diego Dato Del Restaurante Melvin By Martín Berasategui

Preparación 15 minutos

Ingredientes

- 150 g de puerro
 - 100 g de patatas
 - 300 g de agua
 - 50 g de nata
 - 1 cucharada de café rasa de sal
 - Pimienta molida
-
- 100 g de aceite de oliva virgen
 - 4 cucharadas soperas de mantequilla
 - 700 g de caldo de ave
 - El zumo de 1 limón

Para la sopa

Lavar los puerros y cortarlos en tiras finas, pocharlos con dos cucharadas soperas de mantequilla sin que cojan color. Poner a calentar el caldo de ave y añadir las papas peladas y cortadas a la mitad y luego en láminas. Cocerlas a fuego lento y cuando estén bien cocidas añadir los puerros y cocer cinco 5 min. más.

- 4lts de agua
 - 1 kg de carcasas de ave
 - 350 g gallina
 - Media cebolla pequeña
 - 10 g de chalota
 - 30 de blanco de puerro
-
- 1 diente de ajo
 - 1 bouquet garni
 - 1 cucharada sopera de sal gorda
 - 2 granos de pimienta negra
 - 1 clavo

- 150 g de garbanzos

Para el caldo de ave

Pelar la cebolla y cortar en dos. Poner las dos mitades en la placa o plancha para caramelizarlas, esto dará color al caldo. Reunir todas las carnes en una marmita y verter el agua fría. Llevar a ebullición, desespumar. Introducir las verduras, las hierbas y las especias, desespumar. Dejar cocer durante 2 horas en una ebullición lenta, retirar la grasa que irá subiendo a la superficie. Colar y reservar. Este caldo sirve de base para numerosas salsas, sopas y caldos.







Acabado y Presentación

Triturar, añadir la nata, el aceite de oliva virgen y el resto de la mantequilla y emulsionar todo el conjunto. Poner a punto de sal.

Truco: Si no nos queremos complicar mucho en vez de caldo de ave se puede utilizar sólo agua y una pastilla de caldo concentrado, para hacerlo más rápido, pero un buen caldo hecho en casa siempre le da un tono más apetitoso, claro está.

Pinchos Morunos

Por: Chef Diego Dato Del Restaurante Melvin By Martín Berasategui

Preparación 45 minutos

Ingredientes

- 750 g de muslo de pollo deshuesado en trozos
 - 1 cucharada sopera de perejil
 - 3 dientes de ajo
 - 1 pizca de sal
-
- 1 cucharada de especias para marinar pinchos
 - 100 g de aceite de oliva virgen
 - Pimienta recién molida
 - El zumo de 1 limón



Trocear los muslos de pollo, quitándoles la piel y dejándolos lo más limpios posibles. Es una carne muy jugosa para hacer pinchos morunos. Por otro lado, picar el perejil y el ajo

muy fino, con la ayuda de un cuchillo perfectamente afilado. En un cazo o bol colocar el pollo, el perejil, el ajo, las especias para marinar los pinchos y el aceite. En vez de utilizar una cucharada sopera de “especias para marinar pinchos”, podemos usar las que más nos gusten, ras el hanout, cominos, anís estrellado, macis molido, azafrán, paprika, curry, etc. Mezclar bien y añadir un poco de sal, pimienta recién molida y el zumo de limón.

Preparación

Mezclar, dándole vueltas con las manos, hasta que estén bien empapados de líquido y reservar en la nevera durante 45 min, llegando hasta las 24 horas cuanto más tiempo mejor, para que el pollo se marine del todo y adquiera todo el sabor de las especias y el zumo de limón.







Acabado y Presentación

Al día siguiente ensartar los trozos de pollo en brochetas, unos 4 o 5 trozos por brocheta, y dorarlos en una sartén antiadherente caliente con aceite de oliva, a fuego fuerte durante unos minutos por cada lado hasta que adquieran un tono dorado, procurando que la carne del interior quede jugosa. Si se asan en las brasas de una parrilla, el resultado es aún mejor, efectivamente. Presentar las brochetas sobre un plato, apoyadas unas sobre las otras. Acompañarlas de una buena ensalada, arroz hervido, unas patatas, pimientos fritos o la guarnición que más apetezca.

Truco: Estas brochetas quedan buenísimas añadiendo una cucharada de salsa de soja a la marinada y variando los ingredientes, intercalando verdura o alterando los aderezos de la marinada, incluyendo zumo de naranja, miel, cacao, tomillo, etc.

Pollo orgánico, cuscús israelí y caldo de albahaca

Receta: Tyler Florence **Fotos:** John Lee

Desde que empecé a cocinar, a mediados de los 80, he visto muchos movimientos culinarios ir y venir. Creo que es seguro decir que ahora estamos viviendo en un mundo post-molecular. La gastronomía molecular es excitante desde un punto de vista profesional, pero siendo un naturalista, especialmente cuando se trata de cocinar, me gusta ver el resultado que logra con los ingredientes, reemplazando la manipulación de los mismos. Sin embargo, de las muchas técnicas de cocina que se desarrollaron o integraron en la última década, el sous vide es una que resistirá la prueba del tiempo.

En cierto sentido, ya lo ha hecho. Descrito originalmente en 1799, el sous vide (literalmente "al vacío") consiste en cocinar los alimentos en un recipiente hermético a muy bajas temperaturas. La técnica fue adaptada para su uso en restaurantes en la legendaria La Maison Troisgros de Jean y Pierre Troisgros en Roanne, Francia, en 1974 y ahora es utilizada por chefs de todo el mundo.

Los resultados son sobresalientes. Desde el punto de vista del sabor, nada se pierde durante la cocción de sous vide. Cuando asas un pollo, la grasa y los jugos se acumulan en el fondo de la bandeja de asar; cuando escalfas el pollo en agua, el caldo puede tener un sabor increíble pero el pollo en sí es increíblemente soso.

Cuando el mismo pollo es sellado al vacío y pochado a 60°C usando una máquina que regula la temperatura del agua con precisión, el sabor no tiene adónde ir. Las selladoras al

vacío son muy fáciles de conseguir, y puedes comprar una pequeña unidad de baño de maría que mantendrá una temperatura constante del agua por unos pocos cientos de euros.

Sirve para 2 personas

Para el pollo

- 2 mitades de pechuga de pollo deshuesadas con piel y el ala adherida
- 2 ramitas de tomillo fresco

- 2 ramitas de romero fresco
- 4 rebanadas finas de limón
- Sal Kosher y pimienta negra recién molida

Coloca las mitades de las pechugas en bolsas separadas selladas al vacío y añade una ramita de tomillo, una de romero y dos rodajas de limón a cada una. Salpimentar y añadir una cucharada de aceite de oliva a cada bolsa. Sellar las bolsas y colocarlas en un baño de agua a una temperatura constante de 65°C durante 1 hora para que se cocinen al vacío. El líquido no será absorbido completamente; no lo drene. Saque las bolsas del agua.

Para el cuscús

- 1 limón fresco exprimido

- 450 g de cuscús israelí

- 1 c.c. aceite oliva extra

Poner a hervir 3 tazas de agua en una olla mediana. Sazonar con sal y el jugo de limón. Luego añadir el cuscús y el aceite de oliva y cocinar hasta que esté tierno, de 6 a 7 minutos. El líquido no será absorbido completamente; no lo drene.

Para el pesto

- 4 tazas de hojas de albahaca fresca ligeramente empaquetada
- 1 taza de perejil
- 1 taza de Parmigiano-Reggiano

- 1 diente de ajo, rallado
- 1 cucharada de jugo de limón fresco
- $\frac{1}{2}$ taza de aceite de oliva extra virgen

- 1 cucharada de mantequilla sin sal
- Brotes de albahaca fresca
- $\frac{1}{2}$ taza de Parmigiano-Reggiano rayado

En una licuadora, combine la albahaca, el perejil, el parmesano, el ajo, el jugo de limón y el aceite de oliva y haga un puré hasta que esté suave.

Emplatado

Saque el pollo de las bolsas del vacío. Sazone con sal y pimienta. Derrita las 2 cucharadas de mantequilla en una sartén mediana a fuego medio-alto. Añada el pollo con la piel hacia abajo hasta que la piel esté crujiente y dorada, 3 minutos aproximadamente.

Coloca el pesto en el cuscús caliente, este se volverá verde brillante. Sazone con sal y una cucharada de mantequilla. Sirva el pollo con el cuscús y adorne con brotes de albahaca fresca y esparza el parmesano rallado.

Cocinar al vacío en casa

Incluso sin el equipo, es simple cocinar al vacío de manera casera: en una bolsa para guardar alimentos, puede sellar y sacar el aire, colocar cortes de carnes, agregar condimentos y envolverlos de manera muy ajustada.



Calienta en una olla grande el agua a unos 140°C (mide con un termómetro de cocina). Sumerja la carne envuelta y cocinela, ajustando el fuego según sea necesario para mantener la temperatura del agua a 60°C. Siempre tenga a mano un tazón de hielo para enfriar el baño de maría si la temperatura comienza a subir. Las pechugas de pollo tardan unos 45 minutos, el lomo de cerdo una hora. Cuando haya pasado la hora, retire cuidadosamente la bolsa del agua y déjela enfriar ligeramente. El último paso es dorar el pollo o el cerdo en una sartén con

una pequeña cantidad de mantequilla o aceite de oliva para caramelizar y dorar la superficie.

Rábanos, crujiente de algas y centeno y mantequillas de macadamia

Receta: Scott Winegard

Aquellos de nosotros que disfrutamos de un gran bistró francés, con toda seguridad comimos rábanos con mantequilla. No lo puedo decir con certeza, ya que no le he preguntado, pero supongo que Scott tenía eso en mente al crear este plato. La manteca de Macadamia, por su parte, tiene una riqueza inquietante de la que nunca me canso.

Sirve para 6 personas

Ensalada de rábano

- 1 manojo de rábanos, limpios
- 1 taza de brotes de rábano

- 2 cucharadas de aceite de nuez de macadamia
- Una pizca de sal marina

Corta el rábano longitudinalmente en cuartos u octavos, dependiendo de cuán grandes sean. Coloca en un tazón y mezcla con los brotes, aceite de macadamia y sal.

Crujiente de algas

- 1 taza de jugo de apio
- 1 taza de harina de centeno
- 1/2 taza de alga dulce molida
- 1/2 taza de agua

- 1/2 taza de semillas de lino molido
- 1 cucharada de polvo de alga kombu
- 1 hoja de nori
- 1/2 cucharadita de sal marina

Mezcla todos los ingredientes y extiende sobre una hoja deshidratadora antiadherente hasta lograr un grosor de aproximadamente 3 mm de espesor. Deshidrata a 115 grados durante 12 horas o hasta que esté crujiente.

Nota: para el zumo de apio, con la ayuda de un exprimidor eléctrico, saca el jugo de 8 tallos de apio para 1 taza de jugo de apio

Mantequilla de macadamia ahumada

- 1 taza de nueces de macadamia, remojadas durante la noche
- 1 taza de agua

- 1 cucharada de champiñones en polvo
- 1 ctda. de levadura
- 1/2 ctda. de sal

Mezcla todos los ingredientes hasta que esté extremadamente suave. Fuma con heno o madera de manzana. Coloca la emulsión en un tazón, cúbreala con una tapa o envoltura de plástico y

deja el tubo para fumar dentro del tazón. Deja que el humo cubra el tazón durante unos 10 minutos.

Mantequilla de macadamia y alcaparras

- 1 taza de nueces de macadamia, remojadas durante la noche
- 1/2 taza de agua
- 1/2 cucharadita de sal marina

- 1 cucharada de champiñones en polvo
- 1 cucharadita de levadura nutricional
- 1 cucharada de alcaparras finamente picadas

Mezcla todo hasta que esté extremadamente suave. Agregar las alcaparras.

Tocino de coco

- 1/4 de chile chipotle, sin semillas y remojado en 1 taza 10 minutos
- 1/2 taza de agua de remojo del chile
- 1/4 taza de jarabe de arce
- 1 cucharada de comino
- 1 cucharada de aceite de oliva

- 1 cucharada de tamari o salsa soja tradicional
- 1 cucharadita de vinagre de sidra de manzana
- 1 cucharadita de sal marina
- 1 cucharadita de pimentón ahumado
- 1 cucharada de mezquite
- 2 tazas de copos de coco

Excepto el coco, mezcla todos los ingredientes en una

licuadora hasta que esté suave. Combínalo con los copos de coco en un tazón y luego distribúyelo uniformemente en una capa fina en una hoja deshidratadora antiadherente. Deshidrata a 115 grados durante 8 a 10 horas o hasta que esté crujiente.



Emplatado

En dos pequeños recipientes de bordes altos (ramekin) por persona y posados sobre platos de servicio; coloca un poco de mantequilla de macadamia ahumada en uno y un poco de mantequilla de macadamia de alcaparras en el otro.

Coloca sobre la Macadamia ahumada, un poco de tocino de coco desmenuzado.

Divide la ensalada de rábano entre cada uno de los recipientes.

Rompe los crujientes de centeno del tamaño que desees y distribúyelos alrededor sobre el plato de servicio.

Huevos en el purgatorio

Por: Gozney ^o

¡Algunas personas dicen que la clara de los huevos representa almas que buscan la purificación dentro de la salsa roja ardiente de este plato!

Ya sea cierto o no, ¡esta es una opción de desayuno o almuerzo que seguramente hará volar las telarañas!

Ingredientes

- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cebolla roja, finamente picada
- 1 diente de ajo picado
- 1 pimiento rojo asado, picado
- Queso parmesano

- 480 g de tomates pelados
- 150 ml de agua
- 3-6 huevos
- Albahaca para decorar
- 2 cucharadas de nduja o un embutido similar



Calienta el aceite de oliva en una sartén de hierro fundido hasta que esté tibio pero no humeante, y agrega las cebollas y el ajo. Condimenta bien y cocina en Rocbox u horno de leña durante uno o dos minutos. Puedes hacerlo también en una barbacoa tradicional con tapa, pero llevará más tiempo. Buscamos ablandarlas, pero no dorarlas.

Agrega el nduja a la sartén caliente y revuelve bien (debería ver que la grasa comienza a salir de la carne picante) antes

de agregar la pimienta picada y revolver nuevamente.

Nota: La 'nduja' es un embutido típico de la cocina italiana, muy picante, elaborado con carne de cerdo y especias de las que destaca el pimentón (muy similar a la sobrasada de Mallorca)

Agrega los tomates, el agua y corrige la sazón al gusto antes de volver a colocar la sartén al Rocbox y cocina a fuego más lento durante unos 4-5 minutos para comenzar a espesar la salsa.

Rompe los huevos en la sartén (tantos como puedas en función de los niveles de hambre o cantidad de personas), sazona las yemas y regresa a Rocbox durante un minuto más o menos; no es necesario que los huevos estén completamente listos en este momento porque se continuarán cocinando en la sartén caliente.

Espolvorear con parmesano y dar 30 segundos finales en la salamandra (o con soplete) para dorar el queso.

¡Cubre con hojas de albahaca y sirve!.

Pizza a la leña

Por: A. Cort Sinnes

En algún momento de su creciente popularidad, los hornos de leña comenzaron a llamarse "hornos de pizza", debido a que justo era la pizza, lo que la mayoría de la gente cocinaba en ellos.

No es un secreto que todo lo que se puede cocinar en un horno tradicional, también se puede cocinar en un horno de leña, sólo que todo resulta mejor. No voy a estar en desacuerdo en

cuanto a su versatilidad, pero sé una cosa con certeza: si quieres hacer sonreír a prácticamente cualquier persona -sin importar su edad- ofréceles una pizza caliente de tu horno de leña.

Si existiera un “héroe culinario”, una parte del viaje del héroe incluiría definitivamente aprender a hacer estas pizzas.

Sirve para 2 pizzas grandes o 4 pequeñas

- 1 paquete de levadura seca activa
- 1 cucharadita de sal kosher
- 1 cucharada (15 ml) de aceite de oliva

- 235 ml de agua tibia
- 500 g de harina de uso múltiple sin tamizar
- Harina de maíz o harina de sémola

Precalienta el horno de leña durante unos 45 minutos.

Añade la levadura, la sal y el aceite de oliva al agua caliente en un bol grande. Mezclar.

Añade gradualmente la harina, comenzando con 438 g. Amasa. Si utilizas las manos, gira la masa sobre una tabla recubierta con la 1/2 taza (62 g) de harina restante y amásala hasta que quede lisa y elástica. Si usas una batidora, mezcla la masa a baja velocidad con las paletas adecuadas y luego a velocidad media hasta que la masa esté suave y elástica, de 7 a 10 minutos. La masa debe estar un poco pegajosa.

Coloca la masa en un tazón ligeramente engrasado, cubrela con un paño de cocina limpio y déjala subir en un lugar cálido y sin corrientes de aire durante 1 hora y media.

Transcurrido este tiempo, golpea la masa y déjala subir de nuevo hasta que se duplique, de 30 a 40 minutos. Después de

doblarla, amásala en una tabla ligeramente enharinada y crea una bola.

Divide la masa por la mitad y extiende cada porción sobre la tabla enharinada hasta que tenga un grosor de unos 2 cm. Tirar suavemente de cada porción para obtener un óvalo de 30 a 36 cm de largo y 20 a 25,5 cm de ancho. Si quieres cuatro pizzas más pequeñas y redondas, simplemente divide la masa en cuatro partes iguales. Una típica pizza de corteza fina comienza con una masa de entre 2 cm y 6 mm de espesor.

El sentido común dicta que cuanto más delgada sea la masa, más difícil será trabajar con ella y menos ingredientes podrá soportar.

Una vez que la masa tenga el tamaño deseado, deslízala suavemente, trabajándola de una en una, sobre una tabla de madera adecuada que se ha espolvoreado previamente con una combinación de harina y harina de maíz o sémola. Es hora de añadir los ingredientes.

En cuanto a los ingredientes para la cobertura: la regla básica es no exagerar. Una segunda regla es que cuanto mejor sea la calidad de los toppings, mejor será la pizza. En lo que respecta a la salsa de tomate, se la aplica con una cuchara, extendiéndola en un movimiento circular, manteniéndola a 1,2 cm del borde. Después de la salsa de tomate, agrega tus ingredientes favoritos, recordando que menos es más.

Revisa el horno. Coloca los restos del fuego de un lado al otro. Usa tu cepillo para horno para limpiar el piso, y espera 10 minutos más o menos para que la temperatura se asiente. Cuando llegue el momento de meter la pizza en el horno, vale la pena ser decidido. Agarra el mango de la tabla con ambas manos y, con un movimiento de vaivén, desliza la pizza de la tabla, al centro del suelo del horno.

Cocina la pizza durante 2 minutos. Cambia la tabla de metal y gira la pizza 180 grados. Continúa cocinando hasta que los

bordes de la corteza de la pizza comiencen a dorarse.

Saca la pizza del horno. Déjala reposar un par de minutos en una rejilla de alambre, lo que permitirá que parte del vapor se escape y evitará que la corteza se empape antes de cortarla.

Alubias de Tolosa

Por: Marti Buckley | **Fotos:** Simon Bajada

Las alubias de Tolosa son un presagio del invierno en la comarca del Goierri en Gipuzkoa. Estas pequeñas judías de color negro púrpura se cultivan en Tolosa, villa de gran importancia histórica situada a orillas de río Oria que, mira con orgullo a su pasado y que, a la vez, ha sabido adecuarse a los nuevos tiempos.

Cuando llega el frío, los kuadrillak (grupos de amigos) empiezan a planear su babarrunada, una fiesta con guiso de alubias. Los grupos se reúnen un sábado en la sede de su txoko (sociedad gastronómica) para preparar las famosas Alubias de Tolosa, las comen en un almuerzo prolongado y tardío, y luego beben digestivos hasta que todos están lo suficientemente inquietos como para dirigirse a un bar local. Las judías son uno de los raros ejemplos en la cocina vasca de renunciar a un primer y segundo plato para un único plato principal.

LA CLAVE para cocinar un plato tan sencillo reside en la técnica: Añadir la sal al final para evitar que las judías se rompan. Nunca revuelvas las judías, en su lugar, agita la olla suavemente para evitar que se peguen. Con la adición de aceite de oliva, el caldo hierve a fuego lento hasta convertirse en un líquido rico y agradable. Servir según la tradición, con lo

que los vascos llaman los “sacramentos”: morcilla, guindillas en escabeche y col.



Sirve para 6 personas

- 450 g de Alubias de Tolosa
- $\frac{1}{4}$ taza (60 ml) de aceite de oliva extra virgen

- 1 cucharada de sal kosher

Enjuaga las alubias bajo agua fría. Agrégalos a una olla y añade suficiente agua para cubrir (unos 5 centímetros, unos 1,9 l). Añade el aceite de oliva.

Pon el agua a punto de hervir. Reduce el fuego inmediatamente para mantenerlo a fuego lento, sacudiendo la olla suavemente de vez en cuando y quitando la espuma que sube a la superficie.

Las judías deben estar siempre cubiertas de líquido, o se romperán; añadir más agua si es necesario.

Después de unas 2 horas, añade la sal y agita. Cocina a fuego lento hasta que las judías estén totalmente tiernas y el líquido de la cocción se torne espeso, 20 o 30 minutos más, añadiendo agua según sea necesario para mantener las judías cubiertas.

Emplatado

Servir en tazones poco profundos, junto con los acompañamientos. Puedes servir la morcilla, los chiles y el repollo al estilo familiar o individualmente con cada tazón.

Espárragos a la parrilla, Queso Con Huevo y Verduras

By Chef *Tyler Florence*

Fotos: John Lee

4 Personas

Para conservar el aroma, no haga la mayonesa de trufas con más

de una hora de antelación. mayonesa de trufa

2 claras de huevo

$\frac{1}{2}$ cucharadita de mostaza Dijon

2 cucharaditas de jugo fresco de limón

$\frac{1}{4}$ cucharadita de sal kosher

$\frac{1}{4}$ cucharadita de azúcar.

1 taza de aceite de semilla de uva

30 g de virutas de trufa negra fresca o $1\frac{1}{2}$ cucharaditas de aceite de trufa

24 espárragos trigueros

8 rebanadas (de aproximadamente $\frac{1}{2}$ pulgadas de grosor) pan de masa fermentada

100 g de queso triple crema, Cowgirl Creamery Mt. Tam (tipo Brie) cortado en $\frac{1}{8}$ rebanadas de una pulgada de grosor

Sal Kosher y pimienta negra recién cortada

1 cucharada de vinagre blanco

4 huevos grandes

Aceite de oliva extra virgen, para hacer sándwiches a la parrilla

1 pinta de verduras variadas y brotes



Hacer la mayonesa

Combina las claras de huevo, la mostaza, el jugo de limón, la sal y el azúcar en una licuadora. Mezclar hasta que esté suave. Con la batidora en marcha, añadir el aceite de semilla de uva en un chorro lento y constante y mezclar hasta que la mezcla se emulsione.

Retire alrededor de $\frac{3}{4}$ taza de la mayonesa y reserve para otro uso. Añada las trufas o el aceite de trufa y mezcle de nuevo hasta que esté suave. Refrigerar en un recipiente sellado hasta que esté listo para su uso. Cocine los espárragos. Ponga a hervir una olla grande de agua salada.

Cocine los espárragos de 1 a 2 minutos, hasta que estén tiernos y de color verde brillante. Escurrir los espárragos y transferirlos a un tazón de agua helada salada. Déjelos enfriar durante 1 minuto, luego escúrralos y déjelos a un lado. Montar los bocadillos. Untar cada rebanada de pan con un poco de mayonesa de trufa.

Ponga una rebanada de queso sobre las 4 rebanadas, seguida de una capa de espárragos dispuestos a una distancia de 2,5 cm, recortando los espárragos para que queden bien en el pan. Sazonen con sal y pimienta, luego coloquen la rebanada de pan restante encima, con la mayonesa hacia abajo. Escalfar los huevos.

Llenar una cacerola mediana con 3 a 4 pulgadas de agua y ponerla a hervir a fuego medio-alto. Reducir a fuego lento y añadir el vinagre. Trabajando con un huevo a la vez, romper un huevo en un pequeño tazón. Revuelva el agua con una cuchara de madera para crear un remolino, luego deslice suavemente el huevo en el centro.

El agua en circulación hará que la clara envuelva limpiamente la yema y produzca un huevo perfectamente escalfado. Cocine a fuego lento durante 3 o 4 minutos, hasta que la clara se asiente y el huevo esté lo suficientemente firme para manipularlo, pero aun así tierno. Usar una cuchara con ranuras para sacar y escurrir bien en una toalla de papel. Ase los sándwiches.

Rocíe los sándwiches por ambos lados con un poco de aceite de oliva. Ase en una prensa para paninis durante 2 o 3 minutos a fuego medio-alto (o 2 o 3 minutos por cada lado en una sartén antiadherente) hasta que estén dorados y el queso esté derretido. Usar un cuchillo dentado para cortar cuidadosamente cada sándwich en porciones individuales del tamaño de un dedo, cortando entre los espárragos.

Sirva inmediatamente los huevos escalfados con los trozos de sándwich a la parrilla. Adorne con las verduras y sirva con mayonesa de puntos de trufa.

NOTA: *Intenta cultivar tus propios brotes en casa. Remoje las semillas (como rábano, alfalfa, trébol, brócoli) en agua para cubrirlas durante unas 8 horas. Enjuague y distribuya uniformemente en un trozo de tela de hacer queso húmedo o en*

una toalla de papel colocada en un plato plano.

Colóquelo en un lugar protegido pero soleado y cálido. Humedecer la tela de queso con agua fresca cada mañana y cada tarde hasta que las semillas empiecen a brotar.

Tyler Florence (nacido el 3 de marzo de 1971) es chef y presentador de televisión de varios programas de Food Network . Se graduó de la Facultad de Artes Culinarias en el campus de Charleston, Carolina del Sur , de la Universidad Johnson & Wales en 1991. Más tarde recibió un doctorado honorario de la universidad por su éxito culinario. Es propietario y chef ejecutivo de Wayfare Tavern en San Francisco .

4 recetas con Ternera Gallega y Ternasco de Aragón

[“Carnes con estilo”](#), programa de promoción cuyo fin es el reconocimiento de los sellos de calidad europeos, se suma a las recomendaciones de las autoridades sanitarias españolas y anima a todos a permanecer en casa por el bien común.

Sin embargo, quedarse en casa no significa no poder disfrutar de almuerzos y cenas sabrosas y nutritivas gracias a las carnes frescas que las IGP [Ternasco de Aragón](#) y [Ternera Gallega](#) distribuye en sus puntos de venta habituales.

Ambas IGP ofrecen un amplio abanico de cortes, desde los más clásicos como el entrecot de Ternera Gallega o el costillar de Ternasco de Aragón, hasta otros menos habituales como el Tournedó, el Filete de pierna o los Churrasquitos en el caso de Ternasco de Aragón o el filete de vacío, la bavette o el filetón de contra en el caso de Ternera Gallega.

Se trata de cortes versátiles, económicos y muy fáciles de preparar para disfrutar de este tiempo en la cocina con estas jugosas y sabrosas carnes frescas de cordero y ternera.

Por eso, y para poder disfrutar de la calidad de estas carnes avaladas por el marchio europeo de **Indicación Geográfica Protegida**, ambas IGP ofrecen esta batería de recetas “con estilo”, para disfrutar y divertirse cocinando en casa, probar nuevas recetas y compartir con la familia (o a solas).

Hay platos para todos los gustos, desde preparaciones sencillas para los que, aun en confinamiento, no tienen un minuto que perder y elaboraciones más sofisticadas con las que pasar un buen rato en la cocina y darse un merecido homenaje. ¡A cocinar!

Entrecot de Ternera Gallega a la plancha y verduritas al tomillo



- 4 entrecots de 300 gr de Ternera Gallega IGP
- 4 setas
- 4 láminas de calabacín
- 1 cebolla morada cortada
- 2 tomates medianos
- 4 espárragos verdes
- Sal y pimienta negra recién molida
- Aceite de Oliva Virgen Extra
- Tomillo fresco

Atemperar media hora. Añadir Aceite de oliva y pimienta molida. En una sartén tipo parrilla dorar los entrecots primero por los lados todo alrededor y luego un par de minutos por cada cara. Añadir sal gruesa por las caras ya doradas. Reposar 5 minutos. Poner las verduras laminadas en la misma parrilla mientras se salpimentan directamente en la plancha y añadir un poco de tomillo fresco. Añadir sal y pimienta. Para emplatar, trincar la carne en láminas y acompañar de las verduras a modo de milhojas y una ramita de tomillo fresco.

Escalopines de Ternera Gallega con alcaparras y limón

Ingredientes:

- 800 gr de filetes de cadera, babilla o tapa de Ternera Gallega IGP
- 2 dientes de ajo
- 2 cucharadas de perejil
- 0,1 L de vino blanco ribeiro
- 75 gr mantequilla
- 70 gr alcaparras
- 3 limones
- Sal
- Pimienta negra

Cortar los filetes de ternera en pequeños escalopines de 50 gr cada uno. Adobar unas horas con el ajo picado, la mitad del

perejil y el vino blanco. En una sartén amplia añadir la mantequilla y cuando haya derretido, dorar rápidamente los escalopines vuelta y vuelta añadiendo sal y pimienta al gusto. Retirar del fuego y añadir a la sartén las alcaparras, el zumo de los limones y el resto del perejil picado. Devolver la sartén al fuego y dar un hervor rápido al conjunto removiendo bien para que se impregnen bien los filetes de carne. Servir inmediatamente con el jugo de la sartén y unas hojas de perejil fresco.

Costillar de Ternasco de Aragón IGP asado a la sidra con manzanas



Ingredientes:

- 1 costillar entero de Ternasco de Aragón IGP cortado en dos trozos iguales
- 3 manzanas Golden de buen tamaño

- 1 botella de sidra
- 4 o 5 piezas de anís estrellado
- Sal, laurel y pimienta negra

Salpimentar el costillar por todas las caras, untar la piel con unas gotas de AOVE y meter al horno ya caliente a 150°C durante 45 minutos. Pelar las manzanas y cortar cada una en 4 gajos. Las pieles y los corazones los guardaremos. A los 45 minutos de estar el costillar en el horno, añadir a la bandeja las peladuras y los corazones de las manzanas, el anís estrellado y regar con media botella de sidra. Dejarlo en el horno otros 30 minutos. Pasado ese tiempo, nada más sacar la bandeja, añadir un par de cucharadas de agua y volcar todo el contenido de la bandeja (jugos y peladuras) en un cazo. Añadir a este mismo cazo la media botella de sidra restante y poner al fuego fuerte hasta que se reduzca el líquido a la mitad. Triturar todo el jugo, rectificarlo con una pizca de sal y una cucharadita de azúcar y pasar por un colador fino. Cortar el costillar en 8 trozos y colocar en la bandeja del horno de nuevo. Extender los 12 gajos de manzana y meter al horno durante otros 15 minutos. Al sacar del horno, volcar en la bandeja la salsa de sidra y servir a cada comensal 2 trozos de costillar, 3 gajos de manzana, salsa al gusto y decorar con una estrella de anís.

Hamburguesa de Ternasco de Aragón IGP con puerro confitado en mantequilla y mayonesa de cacahuetes

Ingredientes:

- 4 hamburguesas (150 gr) de Ternasco de Aragón IGP
- 4 panes de hamburguesa
- 4 cucharadas soperas de mayonesa
- 6 cucharadas soperas de cacahuetes fritos y salados
- 1 puerro
- 2 cucharadas de mantequilla
- Brandy (opcional)

- Sal, pimienta negra, orégano y curry

Para confitar el puerro en la mantequilla, lavar bajo agua fría y lo cortar en medias rodajas muy finas. Escurrir y poner a fuego muy suave con mantequilla en una sartén tapada durante 15 minutos, dándole vueltas para que no se agarre. Salpimentar y dejar reposar. Para la mayonesa, triturar 5 cucharadas de cacahuets y mezclar con la mayonesa de forma homogénea. Picar la cucharada de cacahuets restante para añadirle un poco picado al final. Marcar la hamburguesa a la plancha unos 4 minutos por cada cara para dejarla jugosa en el centro. Colocar puerro al gusto sobre la base de cada pan de hamburguesa. Colocar encima la hamburguesa, y espolvorear de orégano y de cacahuete picado al gusto. Colocar un poco de mayonesa de cacahuete y acabar con un poco de curry. Servir acompañado de unas buenas papas fritas.