

Sopa Pho

La sopa Pho, joya culinaria de Vietnam, este plato es una experiencia sensorial que captura la esencia de una cultura rica y vibrante en cada sorbo del caldo en la boca. Esta emblemática sopa de fideos es un testimonio de la armonía entre sencillez y complejidad, donde un caldo [claro](#) pero intensamente aromático sirve de lienzo a una paleta de sabores frescos y texturas diversas.

Preparar Sopa Pho es un acto de amor y paciencia, comenzando por el caldo que se cocina lentamente para extraer los sabores profundos de la carne y las especias como anís estrellado, clavo y canela. Servido con fideos de arroz, [rodajas](#) finas de carne (que pueden variar desde res hasta pollo), y una guarnición generosa de hierbas frescas, brotes de soja, limón y chiles, el Pho es una invitación a personalizar tu plato al gusto.

Ingredientes:

- Para el caldo:
- 1 kg de huesos de ternera
- 1 cebolla grande
- 1 jengibre fresco (aprox. 5 cm)
- 3-4 anís estrellado
- 2 ramas de canela
- 3-4 clavos de olor
- 1 cucharada de semillas de cilantro
- 1 cucharada de sal
- 2 cucharadas de salsa de pescado
- 6 litros de agua

Para los fideos y guarniciones:

- 400 gr de fideos de arroz (banh pho)
- 300 gr de filete de ternera, finamente cortado
- Cebolla verde picada, cilantro, albahaca, lima, brotes de soja, chiles picados (para servir)

Instrucciones:

Preparar el caldo:

Asa la cebolla y el jengibre en el horno hasta que estén ligeramente carbonizados. Esto aportará sabor y color al caldo. Hierve los huesos de ternera durante 10 minutos y enjuégalos bajo agua fría para limpiarlos. En una olla grande, agrega los huesos limpios, la cebolla, el jengibre y las especias (anís, canela, clavos, semillas de cilantro). Añade 6 litros de agua y lleva a ebullición.

Reduce el fuego y deja hervir a fuego lento durante 6 horas. Espuma y desgrasa regularmente. Cuela el caldo y sazónalo con sal y salsa de pescado.

Preparar los fideos y la carne:

Remoja los fideos de arroz en agua tibia durante 20 minutos y luego hiérvelos hasta que estén suaves.

Corta la ternera en láminas muy finas.

Servir:

Coloca los fideos en un tazón. Añade las láminas de ternera cruda encima (se cocinarán con el calor del caldo). Vierte el caldo caliente sobre los fideos y la carne. Sirve con guarniciones como cebolla verde, cilantro, albahaca, lima, brotes de soja y chiles al gusto.

Sopa de miso

La sopa miso, un clásico de la cocina japonesa, es una maravillosa expresión de sabor y simplicidad. Centrada en el miso, una pasta fermentada que aporta una rica profundidad de sabor umami, esta sopa calienta el alma y reconforta el corazón.

Su preparación es un ritual que invita a la calma y al disfrute de los pequeños detalles, desde la selección cuidadosa de ingredientes frescos hasta el [momento](#) en que se mezcla el miso con el caldo, evitando que hierva para preservar sus delicadas propiedades.

Perfecta para cualquier momento del día, la sopa miso es adaptable y puede incluir tofu, alga wakame, cebolla verde, y una variedad de vegetales, ofreciendo así un abanico de sabores y texturas.

Sea como [inicio](#) de una comida o como plato único, esta sopa es un abrazo en un cuenco, un recordatorio de la belleza de la [cocina japonesa](#) y su capacidad para nutrir cuerpo y alma.

Ingredientes:

- 4 tazas de agua
- 2 cucharadas de pasta de miso (rojo o blanco, según tu preferencia)

- 1 bloque de tofu firme, cortado en cubos pequeños
- 1 taza de algas wakame secas, remojadas en agua y escurridas
- 2 cebollas verdes, finamente picadas
- Opcional: setas shiitake, daikon, zanahoria o espinacas

Instrucciones:

Calienta el agua en una olla hasta que esté casi hirviendo. En un tazón pequeño, disuelve la pasta de miso en un poco del agua caliente para hacer una mezcla suave. Añade el tofu y las algas wakame a la olla. Si estás usando otros ingredientes opcionales, añádelos también. Baja el fuego y asegúrate de que el agua no hierva. Agrega la mezcla de miso disuelto.

Cocina a fuego lento durante unos minutos, asegurándote de que la sopa no hierva para preservar los sabores y beneficios del miso. Sirve en tazones y adorna con cebollas verdes picadas.

Para un toque creativo:

Imagina esta sopa como un elemento en una historia. Podrías describir cómo el vapor se eleva en espirales, llevando consigo el aroma terroso del miso y el marino de las algas, un olor que recuerda al personaje de días tranquilos junto al mar. El tofu, suave y reconfortante, podría simbolizar momentos de simplicidad y paz en medio de una vida agitada.

Sopa de maíz dulce con

crujientes gambas en tempura

Sumérgete en el reconfortante sabor de la **sopa de [maíz](#) dulce** del **[chef Shaun Rankin](#)**, ideal para los días fríos de invierno o como un refrescante aperitivo en su versión fría. Esta receta lleva el tradicional sabor del maíz dulce a un nivel superior de sofisticación.

El elemento distintivo de este plato son las **[gambas crujientes en tempura](#)**, que aportan una textura y sabor exquisitos, transformándola en una experiencia culinaria de alta gama. Cada cucharada combina armoniosamente lo clásico con lo innovador, haciendo de esta sopa una elección perfecta para impresionar a tus invitados.

Sopa de maíz

4 mazorcas de maíz
150 g de mantequilla sin sal
2 cebollas peladas y cortadas en dados
1 puñado de hojas de albahaca
4 cucharadas de pesto verde

Langostinos en tempura

16 langostinos pelados y cocidos
1 cucharada de harina de maíz
90 g de harina normal
1 pizca de bicarbonato sódico
1 pizca de sal
240 ml de agua con gas
500 ml de aceite vegetal

Elaboración de la Sopa de maíz

dulce con crujientes gambas en tempura

Empieza haciendo el **caldo de maíz**. Con un cuchillo afilado y sujetando el maíz en posición vertical, raspa los granos y ponlos en un bol, reserva las mazorcas.

Coloca las mazorcas en una cacerola grande y añade agua hasta cubrirlas. Lleva a ebullición y deja cocer a fuego lento durante unos 15 minutos.

Transcurridos 15 minutos, o cuando el agua haya tomado el sabor del maíz, saca las mazorcas de la cacerola y reservar el líquido.

Pon la mantequilla en una sartén a fuego medio. Una vez derretida la mantequilla, añade las cebollas y rehoga hasta que estén blandas y transparentes.

Añade los granos y el caldo de maíz dulce y lleva a ebullición. Cocina a fuego lento hasta que el maíz esté bien cocido, aproximadamente 5 minutos.

Vierte el contenido de la cacerola en una batidora y bate hasta que quede suave. Añade un poco de agua para darle a la sopa una consistencia más fina.

Vierte la sopa en un bol grande y añade la mayor parte de las hojas de albahaca, reservando algunas para decorar. Deja reposar unos 20 minutos.

Gambas en tempura

Mientras tanto, precalienta una freidora a 180°C. También se puede llenar una olla o cacerola honda hasta un tercio de su capacidad y, utilizando un termómetro de cocina, calentar a 180°C.

Para la masa de tempura, tamiza los ingredientes secos en un bol grande. Añade el agua con gas y bate hasta que no queden grumos.

Sumerge las gambas en la masa de tempura hasta que queden ligeramente cubiertas por todas partes. Deja caer las gambas en el aceite y fríe hasta que estén doradas y crujientes. Escurre sobre papel de cocina.

Emplatado:

Cuela la sopa en una cazuela limpia y desecha las hojas de albahaca. Vuelve a calentar la sopa a fuego lento. Reparte la sopa en cuencos y decora con el resto de las hojas de albahaca. Rocia con pesto y sirve inmediatamente con las gambas en tempura crujientes.