



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

CORAZONES DE ALCACHOFA CON ESPÁRRAGOS

Ingredientes

- 450 g. de espárragos trigueros.
- 1 kg. de alcachofas.
- 150 g. de ensalada variada.
- 2 c.s. de zumo de naranja.
- 1 c.c. de ralladura de naranja.
- 2 c.c. de aceite de sésamo.
- 1 c.c. de mostaza.
- Sal.
- Pimienta.
- Semillas de sésamo.
- Nueces.
- Harina.
- Zumo de limón.

Elaboración

Limpiar los espárragos y escaldarlos durante 5 minutos en agua con sal. Cortarlos en trozos dejando las yemas enteras. Limpiar las alcachofas y cocinarlas en agua con sal, harina y el zumo de limón durante 20-30 minutos. Cortar la cocción con agua fría y cortar los corazones en cuartos. Hacer un aliño con el zumo de naranja, la ralladura de naranja, el aceite de sésamo, la mostaza, sal y pimienta.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

PASTEL DE PESCADO

Ingredientes

- 100 g. de mantequilla.
- 100 g. de puerro.
- 300 g. de bacalao
- 60 ml. de vino blanco.
- 200 ml. de leche.
- 200 ml. de nata
- 4 huevos.
- Pan rallado.
- Pimienta cayena.
- Sal.
- 125 ml. de aceite de oliva.
- 2 c.c. de pepinillo.
- 1 c.c. de perejil.
- 2 filetes de anchoa.
- 1 c.c. de alcaparras.

Elaboración

Rehogar el puerro cortado en brunoise con la mantequilla. Cuando esté cocinado, añadir el bacalao y el vino blanco. Dejar evaporar el alcohol y añadir la leche y la nata. Llevar a ebullición y retirar del fuego. Triturar y añadir los huevos batidos, la sal y la pimienta cayena.

Encamisar el molde con mantequilla y pan rallado. Verter la mezcla en el molde y hornear a 170°C durante 30-40 minutos al baño maría.

Picar el pepinillo, el perejil, las alcaparras y los filetes de anchoa y mezclarlos con el aceite.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

COULANT DE TURRÓN

Ingredients

- 200 g. de turrón de jijona.
- 4 huevos.
- 100 g. de azúcar.
- 75 g. de harina.

Elaboración

Tostar la harina en una sartén.

Desmigar el turrón y mezclarlo con los huevos, el azúcar y la harina. Triturar y dejar reposar 10 minutos.

Encamisar el molde y rellenarlo $\frac{3}{4}$ partes.

Hornear a 180°C durante 7-8 minutos.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

LASAÑA DE GAMBAS SETAS Y MATÓ

Ingredientes:

- *Un paquete de lasaña precocinada*
- *12 gambas*
- *300 g. de champiñones laminados*
- *4 puerros emincée*
- *100 g. de mató*
- *500 g. de espinacas en hojas*
- *12 tomates cherry*
- *4 ajos tiernos emincée*
- *50 g. de vermut blanco*
- *Aceite de oliva*
- *Sal y pimienta*
- *50 g. de parmesano rallado*

Elaboración:

Separar la cabeza del cuerpo de las gambas. Pelar las colas y guardarlas enteras en la nevera.

Sofreír las cabezas en aceite de oliva suficiente, para poderlo aprovechar para el sofrito. Sal pimentarlas y dejarlas cocer unos minutos. Luego colarlas.

Con el aceite perfumado de gamba, rehogar el puerro junto con los ajos tiernos. Salpimentar y añadir el vermut blanco, dejar reducir un par de minutos y reservarlo.

Prepara las placas de lasaña, siguiendo las instrucciones del paquete.

Saltear los champiñones y las espinacas. Reservarlas.

Acabados:

En el fondo de una cazuelita de barro, poner un poco del sofrito de puerro y ajos, luego unas palcas de lasaña, los champiñones laminados, las colas de gambas, el mató, las espinacas, 4 medios tomates cherry y un poco de sofrito. Repetir la operación. Terminar con una placa con el queso parmesano y gratinar en el horno a 190 ° C.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

CARROT CAKE

Ingredientes

- 400 gr. azúcar
- 250 ml. aceite de oliva
- 2 yemas
- 4 huevos
- 225 gr. zanahoria
- 225 gr. de harina
- 175 gr. de nueces
- 8 g. de levadura
- 1 c.s. de especias molidas (clavo, canela, anís, cardamomo)

Ingredientes crema interior

- Vino dulce
- Azúcar glas al gusto
- 200 gr. de mascarpone

Elaboración crema

Para preparar la crema mezclamos el mascarpone, el azúcar glas y el licor y la dejamos enfriar en la nevera.

Elaboración pastel

Calentar al horno a 190°C.

En un bol mezclar la harina, la levadura, el bicarbonato y las especias.

En otro recipiente mezclar el azúcar, los huevos, el aceite, las nueces y la zanahoria rallada fina. Tamizamos la harina y las especias sobre la mezcla de huevos.

Encamisar 2 moldes. Rellenarlos con la masa y hornearlos 60 min. a 190°C.

Cuando tenemos las dos tartas frías rellenamos con la masa de mascarpone. Es recomendable que el pastel repose a la nevera, antes de servirse.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

BUÑUELOS DE BACALAO CON CONFITURA DE TOMATE

Ingredientes buñuelos

- 300 g. de bacalao desalado
- 350 g. de patatas
- 1 yema
- 1 clara montada
- Ajo y perejil picados
- Pimienta negra
- Aceite para freír
- Una bolsa de núcula

Ingredientes confitura

- 750 g. de tomate pelado
- 375 g. de azúcar
- 1/2 manzana cortada a dados
- Canela y limón

Elaboración confitura

En un cazo poner el tomate, la manzana con un poco de agua de escaldar los tomates, dejarlo cocer unos 5 minutos y después añadirle, el azúcar, la canela y un poco de zumo de limón dejar cocer unos 15 minutos a fuego lento hasta que tenga la textura de confitura.

Elaboración buñuelos

Cocer las patatas, peladas y cortadas en trozos, cuando falten tres minutos para que estén cocidas, se le añade el bacalao unos segundos. Se saca del fuego, se desmenuza y se reserva. Con las patatas se elabora un puré seco se le añade el bacalao, la yema de huevo, la clara montada. Y comprobar de sazón. Hacer unos buñuelos pasarlos por harina y freírlos en abundante aceite caliente.

Servirlos acompañados de la confitura de tomate y la núcula.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

ROLLITOS DE TERNERA ESTOFADOS

Ingredientes

- 50 gr. de mantequilla
- 2 c.s.de aceite
- 1 cebolla
- 1 puerros
- 100 gr. de jamón
- 200 gr. de butifarra
- 1 naranja
- 100 gr. de miga de pan
- Perejil picado
- 2 huevos
- 8 filetes de ternera de 100 gr. Aprx
- 150 ml. De vino blanco
- 300 ml. De caldo de navidad
- 20 gr. De roux

Elaboración

Rehogaremos la cebolla cortada ciselée con el puerro cortado en aros. Retirar

Mezclaremos el jamón cortado en tiras, la butifarra desmenuzada la piel de una naranja y el zumo de naranja, la miga de pan, las hierbas aromáticas, la cebolla y los huevos batidos.

Rellenamos los filetes y atamos con bramante

Doramos a fuego alto los filetes, reducimos fuego, recuperamos fondo con el vino y reducimos, mojamos con el caldo caliente, y estafamos a baja temperatura unos 25 minutos.

Retiramos la carne y damos consistencia a la salsa con roux. Ajustar de sazón y colar la salsa hasta obtener una textura fina.

Coartar rodajas de filetes y salsear.

Decorar con perejil picado. Y cebollino



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

PUDIN DE PAN ITALIANO

Ingredientes

- *1 c.s.de mantequilla*
- *2 manzanas*
- *75 gr. de azúcar*
- *2c.s.de vino dulce*
- *100 gr. De pan de molde*
- *300 ml.de crema de leche*
- *2 huevos*
- *Piel de naranja rallada*

Elaboración

Pelamos la manzana, cortamos en macedonia y doramos en una sartén con un poco de mantequilla durante unos 5 minutos.

Retirar y colocar en la base del molde cocción

Espolvoreamos con la mitad del azúcar y regamos con el vino

Cubrimos con las rebanadas de pan

Mezclamos la nata con los huevos y la otra mitad del azúcar y cubrimos la preparación.

Dejar reposar unos 30 minutos.

Horneamos unos 25 minutos a 180 °C.

Retirar, entibiar 5 minutos y servir.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

COUS-COUS DE GUI SANTES Y MENTA CON PATATAS Y COLIFLOR AL COMINO

Ingredientes cous cous

- 75 gr. de guisantes congelados
- 1 rama de menta
- 2 c.s.de mantequilla
- 200 gr. de cous- cous instantáneo
- Sal y `pimienta
- ½ l de caldo

Patatas y coliflor al comino

- 1 coliflor pequeña o ½ coliflor
- 2 patatas medianas
- 1 c.s.de mantequilla
- 1 c.s.de aceite de oliva
- 1 c.s. de semillas de comino
- 1 c.de pimentón

Elaboración patatas

Cortamos en ramilletes la coliflor y cocemos 5 minutos en agua salada hirviendo.

Parar cocción.

Cortar las patatas en rodajas de 1 cm. Y cocer en agua salada hirviendo unos 15 minutos, Retirar y escurrir.

Saltear al pase con el aceite t la mantequilla unos 5 minutos. Perfumar con el pimentón y el comino. Salpimentar.

Elaboración cous-cous.

Cocer unos 2 a 3 minutos los guisante se congelados en agua hirviendo con la menta. Retirar y parar cocción.

Llevar a ebullición el caldo y deshacer la mantequilla. Apagar el fuego y añadir el cous-cous. Tapar y salpimentar. Dejar reposar unos 5 minutos.

Escurrir y mezclar con los guisantes y menta picada

Montaje

Colocar una base con el cous-cous y añadir las patatas y coliflor encima.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

SOPA DE CINCO VERDURAS LA SILFIDE

Ingredientes

- *1 cebolla*
- *1 pimiento*
- *5 tomates*
- *3 tallos de apio*
- *300gr. de col*
- *1l de agua mineral*

Elaboración

Limpiar las verduras y trocearlas. Primero coceremos en una olla a fuego lento y sin aceite la cebolla, el pimiento y el apio. Removemos de vez en cuando hasta que suden las hortalizas. Añadimos el tomate y la col cocemos 5 minutos más y vertemos el agua. Dejamos hervir 10 min. Trituramos ligeramente para que queden todas las verduras picadas pero no se hagan puré. Podemos acompañar con picatostes, queso, un huevo pache.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

EMPANADA DE BACALAO CON ALCACHOFAS

Ingredientes:

- 300 gr de bacalao (desmigado o fresco o a punto de sal)
- 4 cebollas
- 4 alcachofas

Para la masa

- 200 gr de harina
- 50 gr de aceite
- 50 gr de leche
- Una pizca de sal u de pimentón dulce

Elaboración

Cortar la cebolla a juliana y sofreír con un chorro de aceite. Remover a menudo durante media hora. Añadir los corazones de las alcachofas laminados. Rehogar durante 10 min. Añadir el bacalao troceado y parar la cocción.

A parte mezclamos todos los ingredientes de la masa. Amasamos bien hasta que quede una masa lisa. Dividimos la masa en dos y la estiramos con el rodillo bien fina. Ponemos la masa en una bandeja de horno cubierta con papel. Rellenamos con la farsa y la cubrimos con la masa restante. Hacemos un dobladillo en la junta. Pintamos con huevo y espolvoreamos sésamo por encima.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

BUDÍN DE MANZANA

Ingredientes:

- *0,5 l. de leche*
- *4 huevos*
- *4 manzanas golden*
- *6 rebanadas de pan*
- *150 gr. de azúcar*
- *Raspa de limón, canela.*
- *200 gr. de azúcar para el caramelo.*

Elaboración:

Infusionar la leche con la canela, el azúcar y la ralladura de limón. Dejar reposar 10 min. Colar la leche y remojar las rebanadas de pan. Triturar. Por un lado rallar 2 manzanas y por otro batir los huevos. Mezclarlo todo con la leche. Preparar un caramelo con el azúcar, un chorrito de limón y unas cucharadas de agua. Dejar que el azúcar se vaya licuando sin remover. Rellenar el molde con el caramelo dejar enfriar unos instantes y añadir budín. Cocer al horno a 180° C Mejor al baño María durante 40 min.

Pelamos las manzanas y las cortamos a cuartos. Sacamos el corazón. Ponemos la manzana en una olla con azúcar y canela. Tapamos y cocemos a fuego suave. Ponemos un cuarto de manzana encima de cada ración de pastel. Podemos montar un poco de nata.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

COCA DE LLARDONS

Ingredientes:

- *Hojaldre*
- *Chicharrones*
- *Avellanas tostadas*
- *Un poco de canela molida*
- *Un poco de anís en polvo*
- *Ralladura de limón*
- *Piñones*
- *Azúcar*

(Cobertura)

- *2 huevos*
- *Azúcar*

Preparación coca

Picar los chicharrones y las avellanas procurando que queden lo más triturados posibles. Mezclar con el azúcar, la canela, el anís y la ralladura de limón.

Extender el hojaldre encima del papel de horno, ponerlo sobre la placa del horno. Dividimos el hojaldre mentalmente en tres partes, en la parte central ponemos la mitad del relleno y doblamos sobre ella la otra parte, aplastamos ligeramente con el rodillo para que quede bien amalgamado y ponemos el resto del relleno encima, doblamos sobre ella el otro extremo que nos queda libre y también aplastamos con el rodillo.

(Cobertura)

Separar yemas y claras de huevo, montar estas a punto de nieve y volver a juntar. Pintar con esto la coca, espolvorear con azúcar y piñones, hornear a 170°.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

ESTOFADO EN OLLA DE LEGUMBRES CON MERLUZA

Ingredientes:

- 200 g de garbanzos
- 200 g de judías blancas
- 200g de judías verdes
- 200 g de calabaza
- 1 ajo
- 20 g almendras tostadas
- 2 rodajas de pan (baguet)
- Azafrán
- 1 c.c de pimentón rojo dulce
- 1 cebolla mediana
- Tomate triturado
- Vinagre
- Aceite de oliva
- Sal

Preparación:

Pasar la merluza condimentada por harina, freír ligeramente y reservar.

Cocer por separado garbanzos y judías blancas. Reservar el líquido de cocción de las legumbres y reservar los garbanzos y las judías en su propio jugo de cocción para que no se sequen.

En una sartén con un poco de aceite freír las rebanadas de pan y el ajo, que haremos servir para la picada. Reservar. En esa misma sartén hacer un sofrito de cebolla, tomate triturado y pimentón rojo dulce. Condimentar y reservar.

Cortar la calabaza y las judías verdes, ponerlas en una olla, añadir el sofrito de tomate, el caldo de la cocción de las legumbres y la picada de ajo, pan y almendras diluidas en un poco de vinagre.

Cocer todo junto durante 15 minutos, los últimos 5 minutos añadir, la merluza, las legumbres y cocinar todo junto. Rectificar y dejar reposar.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

CANELONES FÁCILES DE CONFIT DE PATO

(Pasta)

- *1 cajita de pasta de canelones*
- *Agua abundante*
- *Aceite de girasol*
- *Una cucharada de grasa del confit*
- *1 cebolla mediana de Figueras*
- *1 confit de pato*
- *Crema de leche*
- *Sal y pimienta*

(Bechamel)

- *30 gr. de mantequilla*
- *2 escaloñas*
- *30 gr. de harina*
- *½ litro de leche*
- *Sal y pimienta*
- *Queso Emmental rallado*
- *1 cuña de queso parmesano*

Elaboración canelones

Cocinar la pasta en agua hirviendo hasta que esté en su punto. Retirar con araña o espumadera y extender sobre trapo. Enfriar. Reservar.

Rehogar la cebolla en un cazo con una cucharada de grasa. Cuando este en su punto añadir la carne del confit desmigada, cocinar todo junto durante un rato, añadir la crema de leche y ligar, rectificar de sal y pimienta.

Aparte; trasladar la preparación a un vaso de túrmix y triturar a textura de canelón. Rellenar los canelones con esta preparación.

Elaboración bechamel

Derretir la mantequilla en un cazo sin que tome color, añadir las escaloñas y cocinar, retirar del fuego y añadir la harina, ligar un roux, mojar con la leche y cocinar hasta obtener la textura deseada.

Gratinar los canelones con la bechamel y el queso Emmental rallado por encima, decorar con una nube de queso parmesano rallado.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

MEJILLONES CON CERVEZA NEGRA

Ingredientes

- *1 kg. de mejillones.*
- *330 ml. de cerveza negra.*
- *2 dientes de ajo.*
- *1 cebolla.*
- *1 pimiento rojo.*
- *1 pimiento verde.*
- *2 zanahorias.*
- *Laurel.*
- *Sal.*
- *Pimienta.*

Elaboración

Limpia los mejillones y reservalos.

Pica el ajo y dorarlo con un poco de aceite.

Corta la cebolla, el pimiento rojo, el pimiento verde y las zanahorias en brunoise y añadirlas al ajo con las hojas de laurel.

Cuando las verduras estén rehogadas, recuperar los jugos con la cerveza. Dejar evaporar el alcohol y cocinar unos minutos a fuego lento para que reduzca la salsa.

Incorporar los mejillones, tapar la olla y mantener en el fuego hasta que los mejillones se abran.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

SALMÓN A LA NARANJA

Ingredientes

- 600 g. de salmón.
- 5 naranjas.
- 1 c.c. de jengibre.
- 150 g. de champiñones.
- 150 g. de cebolla.
- Sal.
- Pimienta.

Elaboración

Rallar las naranjas y hacer zumo. Añadir el jengibre rallado y poner a marinar el salmón, ya cortado en raciones, durante 10 minutos.

Cortar la cebolla en brunoise y rehogarla. Cuando esté cocinada incorporar los champiñones cortados en brunoise y cocinar hasta que queden secos.

Colar el marinado y añadirlo al rehogado. Llevar a ebullición y dejar cocinar unos minutos para que reduzca un poco.

Cocinar el salmón en una sartén muy caliente y con poco aceite dos minutos por lado.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

FRUTAS EN PAPILOTE CON CREMA DE CAVA

Ingredientes

- *1 plátano.*
- *1 mango.*
- *1 manzana.*
- *100 g. de piña.*
- *30 g. de azúcar.*
- *Canela en polvo.*
- *300 g. de azúcar.*
- *4 yemas.*
- *Canela en polvo.*
- *200 ml. de cava.*

Elaboración

Poner sobre una bandeja de horno papel sulfurizado y espolvorearlo con los 30 g. de azúcar y canela en polvo.

Cortar el plátano, el mango, la manzana y la piña en macedonia y ponerlas sobre el papel sulfurizado. Espolvorear más canela en polvo y cerrar como si fuera un sobre. Hornear a 200°C durante 15 minutos.

Poner las yemas con el azúcar en un bol al baño maría y blanquearlas con las varillas eléctricas. Incorporar el cava y mezclar hasta que la crema espese.

Poner las frutas en una copa y cubrir con la crema de cava.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

PANNACOTTA CON FRUTA DE TEMPORADA

Ingredientes

- *½ l de leche*
- *½ l. de crema de leche*
- *15 gr. de azúcar avainillado*
- *115 gr. de azúcar*
- *20 gr. de gelatina*

Elaboración

En un cazo llevaremos a ebullición la leche, la nata y los azúcares, lo cocemos 10 minutos a 90 °C sin que hierva. Pasado este tiempo agregamos las hojas de gelatinas. Remover y cocer uno 5 minutos más a baja temperatura. Colamos y enmoldamos.

Dejamos reposar y que enfríe.

Decorar con la fruta del tiempo.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

RAVIOLIS DE PASTA WONTON CON PESCADO Y MARISCO

Ingredientes

- 16 obleas de pasta wonton
- 1 cebolla tierna grande
- 2 puerros
- ½ docena de langostinos
- 400 gr. de restos de pescado
- 1 Golpe de coñac
- Sal y pimienta
- 100 ml. De crema de leche

Elaboración

Cocemos las obleas en agua salada unos 15 segundos, retiramos y paramos cocción. Escurrimos y reservamos en un paño húmedo.

Relleno

Cortamos la cebolla ciselée y el puerro en aros finos. Rehogamos en el aceite durante unos 15 minutos, añadimos el pescado y el marisco limpio y picado. Cocemos a fuego bajo unos 10 minutos más. Recuperamos fondo con el brandy reducimos. Cremamos con la crema de elche y alargamos cocción 5 minutos más. Salpimentamos
Rellenamos las obleas con la farsa y damos forma de ravioli
Podemos aprovechar las cabezas de las gambas para elaborar un aceite de gambas.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

SUPREMA DE MERLUZA CON JAMON Y TOMATE CONCASE

Ingredientes

- 200 gr. de merluza por persona
- 4 tomates
- Hojas de albahaca fresca
- 2 puerros
- 200 gr. de jamón serrano
- 1 golpe de vinagre de Módena
- Unos piñones

Elaboración

Escaldamos, pelamos y despepitamos los tomates. Cortamos en casé y agregamos la albahaca picada. Engrasamos con un poco de aceite de oliva y reservamos en frío.

Con ayuda de la mandolina cortamos la berenjena en láminas finas y largas.

Asamos plancha, salpimentamos y perfumamos con vinagre de Módena.

Cortamos el puerro en rodajas finas y rehogamos, en último momento de cocción agregamos el jamón y los piñones.

Colocamos en la base del plato la berenjena, disponemos encima la merluza plancha y agregamos la farsa de cebolla, jamón y piñones y una lámina de jamón plancha. Decorar con el tomate.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

GUISANTES A LA FRANCESA

Ingredientes

- 600 gr. de guisantes
- 100 gr. de bacon en macedonia
- 1 cebolla
- 2 zanahorias
- Lechuga romana
- 2 c.s. de aceite de oliva
- 20 gr. de azúcar
- Sal y pimienta
- Caldo de verduras, de ave o agua

Elaboración

Cortar la cebolla y la zanahoria en macedonia.

Cortar la lechuga sin el tallo central en chiffonade.

En la materia grasa rehogar la cebolla y la zanahoria junto con el bacon.

Antes de que la cebolla coja color incorporar los guisantes y la lechuga.

Salpimentar y añadir el azúcar.

Mojar con agua caliente o fondo hasta cubrir la mitad de los guisantes.

Dejar cocer a fuego lento hasta que los guisantes estén cocidos.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

CROQUETONES DE PESCADO EN ENSALADA CON CREMA DE AJO Y CILANTRO

Ingredientes

- 500 gr. de erestos de pescado blanco
- 2 cebollas tiernas
- 2 huevos
- 1 c.s. de cilantro
- 1 c.s. de perejil
- Pan rallado
- Harina

Ingredientes salsa

- 2 ajos
- Cilantro fresco
- Perejil fresco
- 1 Yoghurt griego

Elaboración

Limpia el pescado de pieles y espinas, desmenuza y tritura.

Añade el resto de los ingredientes y amasa hasta obtener una mezcla homogénea pero con textura. Salpimentar.

Hacer unas bolas de tamaño uniforme, aplastarlas y enharinarlas.

A partir de aquí tenemos dos opciones.

Encamisar unas placas de horno y hornear los croquetones 5 minutos por cada lado.

Pasar por huevo y pan rallado y freír en aceite caliente

.

Elaboración salsa

Triturar los ajos previamente escaldados, el cilantro y el perejil con el yoghurt.

Servir como aperitivo caliente, con la crema de ajo o sobre una base de lechugas aliñadas con la salsa de ajo.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

GALLETAS DE ANCHOA

Ingredientes

- *110 gr. de harina floja*
- *110 gr. de mantequilla pomada*
- *60 gr. de queso parmesano*
- *8 anchoas*
- *Pimienta*

Elaboración

Arenamos la mantequilla con la harina, añadimos el queso parmesano rallado, las anchoas chafadas y la pimienta. Trabajamos la masa hasta conseguir una masa homogénea. Cubrimos con papel film y dejamos enfriar unos 20 minutos. Estiramos con rodillo hasta un grosor de ½ cm. y cortamos con el molde de galleta. Hornear unos 6-8 minutos a 180 °C. Retirar y dejar enfriar en rejilla.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

NOODLES CON SALSA DE PAPAYA Y CRUJIENTE DE JAMÓN

Ingredientes

- 250 g. de noodles.
- 350 g. de papaya.
- 100 ml. de leche.
- 1 cebolla.
- 150 g. de jamón.
- Albahaca.
- 50 ml. de aceite.
- Sal.
- Pimienta.

Elaboración

Rehogar la cebolla en brunoise. Añadir la papaya cortada en macedonia. Cuando esté tierna incorporar la leche. Llevar a ebullición y dejar cocinar 3 minutos a fuego lento. Triturar, colar y salpimentar.

Poner una olla con abundante agua a hervir con sal. Retirar del fuego y poner los noodles. Dejar 7-8 minutos hasta que estén tiernos mientras se va removiendo. Escurrir y reservar.

Poner las lonchas de jamón entre dos hojas de papel sulfurizado y hornear a 180°C durante 4-6 minutos.

Escaldar la albahaca durante 30 segundos. Cortar la cocción con agua fría, secar las hojas y triturarlas con el aceite.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

SALTEADO DE POLLO CON YOGUR

Ingredientes

- 250 g. de pechuga de pollo.
- 1 yogur natural.
- 1 c.c. de mostaza.
- 1 c.c. de salsa inglesa.
- 2 cebollas tiernas.
- 2 dientes de ajo.
- 50 ml. de vino blanco.
- Sal.
- Pimienta.
- Perejil.

Elaboración

Limpiar el pollo y cortarlo en macedonia.

Mezclar el yogur con la mostaza, la salsa inglesa, el perejil picado, la sal y la pimienta. Introducir el pollo y dejar marinar durante 30 minutos.

Picar los dientes de ajo y saltearlo hasta que coja color. Cortar las cebollas en brunoise y añadir las. Saltear hasta que queden tiernas y recuperar con el vino blanco.

Retirar el pollo del marinado y añadirlo al salteado. Cocinarlo durante 5 minutos y añadir un poco del marinado para que quede jugoso.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

MOUSSE DE FRUTOS ROJOS

Ingredientes

- 200 g. de frutos rojos.
- 200 g. de queso de untar.
- 10 g. de azúcar.
- 100 ml. de nata.
- Ralladura de 1 limón.
- 75 g. de avellanas.
- 45 g. de azúcar glas.
- 5 g. de mantequilla.

Elaboración

Poner en una rehogadora los frutos rojos con los 10 g. de azúcar. Tapar y cocinar a fuego lento hasta que suelten jugo. Pasar por el chino para aprovechar todo el jugo y luego colar varias veces.

Montar la nata a punto de nieve con la ralladura de limón.

Mezclar el queso de untar con el jugo de los frutos rojos. Agregar la nata con una lengua para que mantenga la textura. Servir la mousse en una copa y tapanla a piel con el papel film y guardar en nevera para que coja consistencia.

Tostar las avellanas en una sartén sin aceite. Pasarlas por el mortero hasta que queden trozos pequeños. Ponerlas en una sartén con el azúcar glas hasta que caramelicen. Retirar del fuego y añadir la mantequilla sin dejar de remover. Extender sobre una hoja de papel sulfurizado y dejar enfriar.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

RISOTTO VERDE CON GAMBA ROJA

Ingredientes

- 600 gr. fondo oscuro
- 600 gr. de fondo ave
- 320 gr. de arroz bomba
- 40 gr. de parmesano rallado
- 8 gambas

Ingredientes sofrito

- 300 gr. de cebolla ciselée
- 2 ajos ciselée
- Aceite de oliva

Ingredientes picada

- 50 gr. de aceite de oliva
- 20 gr. de perejil
- 10 gr. de albahaca
- 20 gr. de espinacas
- 5 gr. cilantro
- 5 gr. de perifollo
- 50 gr. de piñones
- 1 ajo
- 1/4 l. de agua
- 10 gr. de sal

Ingredientes demi glace de gamba

- 8 cabezas de gamba
- 1 diente de ajo
- 50 gr. de champiñones
- 25 gr. de brandy
- 1 c.c. concentrado tomate
- 1/2 l de fumet
- 1 Bouquet Garní

Elaboración del sofrito: Rehogar la cebolla sin que tome color y cuando esté muy tierna, añadir el ajo y rehogar, rectificar de sazón y reservar.

Elaboración picada: Juntar todo en un vaso de túrmix y triturar hasta dejar muy fino. Reservar.

Elaboración demi glace gambas: Saltear las cabezas de las gambas con el ajo y el champiñón, desglasear con el brandy, evaporar. Añadir el concentrado de tomate y el B.G., mojar con el fumet, dejar cocer suavemente durante 15 minutos.

Elaboración arroz: Anacarar el arroz con el sofrito, mojar poco a poco con el fondo y cocinar como risotto. Al finalizar la picada y el parmesano, cocer dos minutos y reposar. Saltear las gambas. Emplatar en sopero coronando el arroz con las gambas y alrededor la demi-glace ligada con mantequilla.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

REDONDO DE CARNE PICADA RELLENA CON SALSA DE VERDURAS

Ingredientes:

- 250 g. de carne picada de ternera
- 250 g. de carne picada de cerdo
- 100 ml. de jerez dulce

Para el aliño de la carne:

- 10 g. de sal
- 3 g. de pimienta
- 1 huevo
- 25 g. de pan remojado con leche y escurrido

Para el relleno:

- 75 g. de piñones
- 20 g. de perifollo
- ½ diente de ajo
- 20 g. de cebollino
- Sal i pimienta
- 8 filetes de anchoa
- Harina

Para la salsa de verduras:

- 500 g. de tomate
- 1 cebolla ciselée
- 1 zanahoria en brunoise
- 1 puerro en brunoise
- Una punta de apio en brunoise
- 2 dientes de ajo ciselée

Elaboración:

Para la salsa de verduras: rehogar lentamente las verduras, añadir el ajo dejar rehogar 3 minutos e incorporar el tomate triturado y colado dejarlo cocer todo a fuego muy lento durante 30 minutos. Rectificar de sazón.

Para el relleno: triturar con un túrmix los piñones, el perifollo, el medio diente de ajo y el cebollino. Reservar

Para la carne: mezclar las dos carnes con los ingredientes del aliño, extenderlo encima papel film y extender la pasta de piñones y colocar por encima las anchoas. Enrollar la carne y enharinarla ligeramente.

Poner el rollo en una fuente de horno con un chorrito de aceite y hornearla

A 180 ° C. durante 15 minutos, después mojarla con el jerez, dándole la vuelta y cocer 20 minutos a 160 ° C.

Al pase por ración: cortar el redondo en rodajas de 2 cm. y presentarlo encima de la salsa de verduras. Decoramos con cebollino.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

TARTA SOUFLÉ DE LIMÓN

Masa crujiente:

- 250 g. de galleta tipo maría
- 150 g. de mantequilla pomada
- Agua para ligar

Para el relleno:

- 2 limones
- 4 huevos
- 370 g. de leche condensada

Elaboración:

Masa crujiente:

Triturar las galletas, mezclar con la mantequilla y el agua. Extender entre dos hojas de guitarra y congelar. Untar un aro de 16 cm de diámetro con mantequilla pomada. Troquelamos la masa con el aro y cortamos tiras y las pegamos a las paredes de los aros.

Para el relleno: Exprimir el zumo de los limones y lo filtramos con ayuda de un colador. Cogemos los cuatro huevos y separamos las yemas de las claras.

Mezclamos las yemas en un cuenco grande con la leche condensada y con el zumo de limón. Montamos las claras a punto de nieve con la ayuda de unas varillas eléctricas y mezclamos con las yemas delicadamente para que no baje. Vertemos la mezcla anterior en el molde forrado de galleta y cocinamos en el horno a 180°C, durante 30-35 minutos hasta que la superficie esté dorada.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

PAPILLOTE DE SALMÓN Y ESPAGUETIS

Ingredientes

- 100 gr. de espaguetis
- 2 tomates maduros
- 1 c. de aceite de oliva
- 2 cebolletas
- 1/2 rama de apio
- 50 ml. de vino blanco
- 2 c. de tomate concentrado
- 2 pepinillos
- 1 c.s. de alcaparras
- 600 gr de Salmón o trucha
- Ramitas de eneldo para decorar
- Ralladura de limón
- 20 gr. de mantequilla

Elaboración

Precalentaremos el horno a 180 °C.

Coceremos la pasta en agua salada hirviendo hasta que esté al dente. Escurremos y enfriaremos. Mantendremos en un cuenco.

Escaldaremos y limpiaremos los tomates, eliminando pepitas y pieles.

Rehogaremos unos 3 minutos la cebolleta y el apio picado en brunoise, añadiremos el tomate picado, el vino blanco y llevaremos a ebullición.

Bajaremos el fuego, añadiremos la salsa de tomate, las alcaparras y los pepinillos finamente picados. Salpimentaremos y mezclaremos con los espaguetis.

Preparemos las papillotes, poniendo una base de pescado, esparciremos una pequeña cantidad de pasta y cubriremos con otra capa de pescado, decoraremos con una rama de eneldo y unas tiras de piel de limón. Repartiremos pequeños trocitos de mantequilla.

Cerraremos los papillote y los hornaremos en una bandeja con un poco de agua unos 8 a 12 minutos.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

ARROZ INTEGRAL CON FRUTOS SECOS Y VERDURAS

Ingredientes

- *1/4 kg de arroz integral*
- *1 cebolla*
- *1 diente de ajo*
- *8 corazones de alcachofa*
- *50 gr. de avellanas*
- *50 gr. pistachos*
- *100 gr. de maíz*
- *2 zanahorias*
- *Zumo de 1/2 limón*
- *2 c.s. de salsa de soja*
- *Sal y pimienta*
- *1 c.s. de perejil rallado o cilantro*

Elaboración

Cocer el arroz entre 35-40 minutos en una cazuela grande con agua hirviendo, hasta que esté hecho. Escurrir y conservar caliente.

(O cocerlo según las indicaciones del envase).

Poner una sartén grande, o en un wok, en el fuego con un poco de aceite de oliva y rehogar la cebolla hasta que esté tierna, añadir el ajo, remover unos segundos para que el ajo no se queme y amargue.

Incorporar los corazones de alcachofa, las avellanas, los pistachos, el maíz y la juliana de zanahoria, dejar hacer a fuego vivo hasta que coja color, bajar el fuego y dejar hacer unos 5 minutos más hasta que las verduras estén tiernas.

Mojar con la salsa de soja y el zumo de limón, salpimentar.

Añadir el arroz y el cilantro, mezclar bien, rectificar.

Servir caliente o tibio.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

CAKE DE FRUTA CONFITADA

Ingredientes cake

- 150 gr. de mantquilla pomada
- 150 gr. de harina
- 150 gr. de azúcar
- 3 huevos
- 4 gr. de levaura Royal
- 100 gr. de Fruta confitada

Ingredientes confitado

- 1 c/s de azúcar glas
- 1 c/s de agua
- Naranja para decorar

Elaboración cake

Mezclar la mantquilla pomada con el azúcar, añadir los huevos y al final la harina tamizada, mezclada con la levadura y la fruta confitada troceada.

Acabado

Rellenar los moldes de cake encamisados con papel de horno, cocer a 160 ° C. durante 40 minutos. Glasear con glasa muerta, y secar 40 segundos en el horno a 180 ° C.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

TARTA DE LIMÓN

Ingredientes:

Pasta sucrée

- 130gr. de harina
- 50 gr. de mantequilla
- 50 gr. de azúcar glas
- 2 yemas de huevo

Para la crema:

- raspa de 3 limones
- 2 limones
- 2 huevos
- 150 gr. de azúcar
- 50 gr. de maicena
- 0,5l de agua

Para el merengue

- 4 claras
- 100 azúcar

Elaboración

La pasta sucrée:

Mezclar la harina y la mantequilla pomada hasta conseguir virutas húmedas y sueltas. Añadirle azúcar, las yemas y mezclarlo. Estirar la masa entre dos hojas de papel de horno y ponerla en un molde redondo encamisado. Antes de cocer 15 min. al horno a 180° C pinchamos la masa para que no haga burbujas.

Raspar la piel del limón, sacar el jugo y reservar. Infundir el agua con la piel de limón hasta que hierva. Mezclar bien el azúcar, la maicena y los huevos. Colar el agua encima de la mezcla de huevos. Volvemos a colar a la olla todo otea vez. Calentarlo al fuego hasta que la crema ligue.

Rellenar con la crema la masa horneada. Enfriar a la nevera.

Preparar un merengue batiendo las claras con azúcar hasta que quede bien firme. Cubrir la tarta y gratinar.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

MARMITACO DE ATÚN

Ingredientes:

- 400 gr de atún
- 1 cebollas
- 4 pimientos verdes italianos
- 4 patatas
- 1 c.s. de pulpa de pimiento choricero
- Copita de vino blanco
- 1l de caldo de pescado
- Laurel
- Perejil

Elaboración:

Cortar la cebolla y el pimiento a juliana. Empezar sofriendo la cebolla con poco aceite. A los 10 min añadir el pimiento. Sofreír 5 min más y poner la cucharada de pulpa de pimiento choricero.

Pelar las patatas y cortarlas a cachelos. Poner en la olla dar un par de vueltas y agregar el vino blanco. Dejar reducir 2 minutos y añadir el fumet de pescado y la hoja de laurel.

Cocer hasta que las patatas estén tiernas.

Cortar el atún a tacos pasar lo por harina y freír a fuego fuerte. Tiene que quedar crudo por dentro. Poner a la olla y cocer 3 min. más.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

PANQUEQUE CON CHUTNEY DE CALABAZA Y QUESO BRIE

Ingredientes:

Para el panqueque

- 300 gr de harina
- 2 huevos
- 300 gr de leche
- 60 gr de mantequilla
- 50 gr de azúcar
- 10 gr de levadura royal

Para el chutney

- 400 gr de calabaza
- 3 cebollas
- 2 tomates rojos
- 1 c.c. de Jengibre fresco
- 100 gr de azúcar
- 50 gr de vinagre de sidra
- Canela, clavo, cardamomo, guindilla
- 200 gr de queso brie

Elaboración:

Fundir la mantequilla y juntarla con la leche, huevos, azúcar y batir con el robot. Añadir la harina con la levadura y batir. Queda una textura más densa que la de crepes.

Cortar la cebolla a brunoise. Sofreír con un poco de aceite. A los 5 min añadir el jengibre rallado dejar cocer 10 min y añadir el tomate rallado. Mientras va sofriendo cortar la calabaza a daditos pequeños y regulares de 3 a 5 mm de lado. Añadir todas las especias más el azúcar y el vinagre. Agregar la calabaza i cocer hasta que este tierna.

Preparar los panqueques tirando 2 cucharadas de masa encima de una paella inherente untada con un poco de mantequilla. No debe estar muy caliente. Cocemos a fuego medio por los dos lados.

Servimos el panqueque con el chutney de calabaza i un trozo de queso brie



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

CREMA DE AGUACATE CON NATA HELADA Y NUEZ CARMELIZADA

Ingredientes

- 2 aguacate hermosos
- 1 brick de 200 ml. de nata para montar
- 1 cucharada de zumo de limón
- 3 cucharadas soperas de azúcar (si os gusta dulzón podéis poner otra)

Elaboración

Quitamos la cáscara y el hueso del aguacate, lo ponemos en un vaso de triturar.
Añadimos la cucharada de zumo de limón (así, evitaremos que se oxide y se nos ponga oscuro).

Montamos la nata: Ponemos las varillas y el cuenco donde voy a montarla, un rato en el congelador, para que esté todo bien frío. Batimos un poco, hasta que coge la nata algo de consistencia y, entonces, vamos añadiendo el azúcar, poco a poco. Terminamos de montar.

Añadimos la mitad de la nata al triturado de aguacate.

El resto de la nata la ponemos al congelador.

La crema de aguacate la ponemos en copas y llevamos a la nevera.

Cuando la nata está congelada, ponemos una cucharada en cada copa.

Para terminar de decorar, ponemos unas nueces caramelizadas.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

ZURRUKUTUNA

Sopa de Ajo enriquecida kon Bacalao y huevo

Ingredientes:

- 200 g de migas de bacalao desalado,
- ½ barra de pan del día anterior,
- 1 cabeza de ajos,
- 4 pimientos choriceros o ñoras,
- 3 cucharadas de tomate frito casero,
- 1 cucharada de pimentón dulce,
- 1 guindilla seca, 1 litro de agua o caldo de pescado para cubrir,
- 4 cucharadas de aceite de oliva,
- 4 huevos frescos.

Preparación:

Ponemos los pimientos choriceros en una olla a fuego suave con agua templada durante 15 minutos y reservamos. En un perol, ponemos el aceite a calentar y agregamos los ajos, pelados y enteros, hasta que se doren. Incorporamos la guindilla y cocinamos en ese aceite el bacalao moviendo el perol para que ligue la grasa con el aceite ligarlo.

Sacamos la pulpa a los pimientos choriceros y las incorporamos al perol junto con la salsa de tomate. Añadimos el pan en rebanadas finas, el pimentón y rehogamos todo. Vertemos el agua o el caldo de pescado (caliente) hasta cubrir y removemos con cuchara de palo o espumadera hasta que se deshaga el pan. Dejamos cocer suavemente durante 25 minutos, dando vueltas regularmente para deshacer el pan con una espumadera. Por último, añadir los huevos (1 por comensal) escalfándolos a fuego lento durante unos 3 minutos.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

BONITO FRESCO CON ACEITUNAS Y TOMILLO

Ingredientes:

- 500 gr. de bonito fresco
- 2 tomates maduros sin piel y sin semillas
- 2 zanahorias
- 1 cebolla
- 150 gr. de aceitunas verdes
- 2 dientes de ajo
- 1/2 cucharada de pimentón dulce
- 2 ramitas de tomillo fresco
- 20 cl. de vino blanco seco
- 2 vass de fumet de pescado
- Pimienta y sal

Elaboración:

Pelamos y picamos las zanahorias, los tomates y la cebolla.

Cortamos el bonito en dados y lo pasamos por la sartén con un poco de aceite de oliva, que se dore ligeramente por todas las caras, unos 3 minutos en total para que quede jugoso.

En el mismo aceite cocinamos los vegetales durante 5 minutos. Añadimos el vino y hervimos 5 minutos. Agregamos el tomillo y el pimentón.

Agregamos el fumet Cocinamos el conjunto 15 minutos a fuego medio. Añadimos los dados de bonito y las aceitunas, cocinamos 5 minutos más y servimos.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

PONCHE DE GRANADAS

Ingredientes

- 2 granadas
- 1 vaso de zumo de manzana
- ½ rama de canela
- 1 cucharadita de jengibre
- 2 vasos de agua
- Zumo de 1 naranja

Elaboración

Cortamos la granada por la mitad, como si fuera una naranja a la que vamos a sacar el zumo, y le sacamos el zumo con el exprimidor (*igual que haremos luego con la naranja*)

Colamos y llevamos a un cazo que pondremos al fuego junto con el agua, el zumo de manzana, el jengibre y la canela. Dejaremos que hierva unos 5 minutos y luego bajamos el fuego, dejando unos 15 minutos mas (tenemos que ir quitando una espuma que nos aparecerá por la superficie, sobre todo al principio)

Retiramos del fuego, colamos e incorporamos al zumo de la naranja.

Se puede beber caliente o frío



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

ARROZ AL GUSTO DE LA ABUELA

Ingredientes

- 300 gr. de arroz de grano medio
- 700 ml. de caldo de ave o verduras
- 100 gr. de restos de pollo, carne o butifarra
- 100 gr. de almejas
- 100 gr. de mejillones
- 2 huevos duros
- 100 gr. de guisantes congelados o de bote
- 2 alcachofas
- Pizca de azafrán y pizca de pimentón
- 1 hoja de laurel
- 1 diente de ajo
- Pimiento rojo de bote

Elaboración

Abriremos las almejas y los mejillones en un poco de agua. Retirar y reservar.

Limpiaremos las alcachofas, troceamos y rehogaremos en una cazuela con los restos de carne troceados unos 10 minutos.

Añadiremos los guisantes, rehogamos unos 5 minutos, añadimos el arroz, el laurel, el azafrán, el pimentón y el ajo picado.

Alargamos cocción unos 2 minutos y mojamos con el caldo caliente. Añadimos sal y pimienta y uno de los huevos duros

picados. Subimos fuego hasta que rompa a hervir. Reducimos al mínimo y mantenemos cocción unos 15 minutos más a

fuego suave. Pasado este tiempo dejamos reposar unos 5 minutos y decoramos por encima con el otro huevo duro picado y el pimiento troceado y el marisco.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

LOMOS DE BACALAO CON TAPENADE DE ANCHOA Y ACEITUNAS NEGRAS, CRUJIENTE DE PUERRO Y COMPOTA DE TOMATE

Ingredientes

- *Un lomo de bacalao*
- *Aceite de oliva*
- *tomillo*

Tapenade

- *Aceitunas negras*
- *3 anchoas*
- *Aceite de oliva*
- *Cebollino*

Crujiente de puerros

- *Un puerro cortado muy fino*
- *Sal y pimienta*
- *Harina*
- *Aceite de girasol*

Compota de tomate

- *Tomates maduros*
- *Azúcar*
- *Agua de escaldar tomates*
- *Tomillo*

Elaboración

Ponemos el lomo de bacalao en una bandeja de horno junto con un chorro de aceite de oliva, el tomillo, lo tapamos con papel de aluminio y lo cocemos en el horno precalentado a 180 ° C. durante 7 minutos.

Elaboración tapenade:

Trituramos las aceitunas, las anchoas y el aceite de oliva y le añadimos el cebollino picado por encima.

Crujiente de puerros:

Limpiamos el puerro y lo cortamos en juliana fina. Lo salpimentamos y lo enharinamos y lo pasamos por un colador o cedazo para quitar el exceso de harina. Lo freímos con aceite no demasiado caliente hasta que este doradito. Lo reservamos con papel absorbente.

Compota de tomate:

Escaldamos los tomates y los pelamos los cortamos a cuartos, les quitamos las semillas y los cortamos a dados. En una sartén ponemos el azúcar, el tomillo y un poco de agua de escaldar los tomates, dejamos reducir y incorporamos los tomates. Los saltamos y retiramos del fuego.

Presentación:

Ponemos la tapenade en la base de un plato, el lomo encima y un poco de crujiente de puerro. Decoramos su alrededor con la compota de tomate.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

PLUM CAKE DE NARANJAS, NUECES Y MIEL

Ingredientes

- 200 gr. de mantequilla
- 100 gr. de azúcar lustre
- 100 gr. de miel
- 5 huevos
- 400 gr. de harina
- 10 gr. de levadura
- 100 gr. de piel de naranja confitada
- 50 ml. de ron
- 150 gr. de nueces

Ingredientes cobertura

- 100 gr. de mantequilla
- 100 gr. de azúcar lustre
- 100 gr. de miel
- 100 gr. de granillo de almendra

Elaboración

Poner a macerar la piel confitada de naranja con ron durante unas horas.

Para hacer la masa: colocar en un bol la mantequilla pomada, el azúcar y la miel. Cuando esté todo bien mezclado añadir los huevos uno a uno y remover hasta que todo esté bien ligado. En un bol aparte, mezclar la harina y la levadura y añadirla a la mezcla anterior. Mezclar hasta obtener una masa bien fina.

Escurrir la piel de naranja e incorporar a la masa junto con las nueces. Volvemos a remover.

Llenar un molde encamisado (de la forma que queramos). Y hornear a unos 180 °C durante una hora.

Una vez cocido el plum-cake, desmoldar y dejar enfriar sobre una rejilla.

Elaboración cobertura

En un cazo y a fuego suave colocar la mantequilla y el azúcar lustre con la miel de naranjo. Mezclarlo suavemente y dejarlo hervir un momento hasta que esté casi caramelo. Sacarlo del fuego y añadir el granillo de almendra. Cuando ya se haya enfriado colocarlo sobre el plum-cake.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

ARROZ ROJO CON SUPREMA DE SALMÓN Y ESPÁRRAGOS VERDES

Ingredientes

- *Aceite de girasol*
- *2 cebollas medianas*
- *1 puerro*
- *1 remolacha en crudo*
- *1 c.c de canela en polvo*
- *1 suprema de salmón fresco*
- *80/100 gr de arroz p.p*
- *Raspadura de ½ naranja*
- *Zumo de ½ naranja*
- *Caldo vegetal*
- *Sal*

Espárragos

- *Aceite de girasol*
- *2 espárragos verdes*
- *Sal*

Elaboración

Sofreír la cebolla y el puerro ciselé, añadir la remolacha en brunoise, añadir la canela en polvo y cocinar todo junto durante una hora. (Hasta que la remolacha esté en su punto). Reservar.

Condimentar la suprema y untar con un poco de aceite. Marcar a fuego suave.

Anacarar el arroz con la preparación de remolacha y mojar col el caldo vegetal caliente, a media cocción añadiremos el zumo y la raspadura de naranja. Continuar la cocción hasta que el arroz esté en su punto. Emplazar todo cuidando la presentación.

Hervir los espárragos a la inglesa. Reservar. Volver a marcar en el momento del pase.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

ALBONDIGAS DE CARNE CON SU GUARNICIÓN A LA JARDINERA

Albóndigas

- 400 gr. de carne picada
- 1 cebolla mediana de Figueras
- 1 d. de ajo
- Perejil
- 1 huevo (entero)
- 1 rebanada de pan
- Leche
- Sal y pimienta

Salsa

- 2 cebollas medianas
- 200 gr. de tomate triturado
- Pimentón dulce
- 400 gr. de guisantes
- 1 bandeja de champiñones
- 3 zanahorias
- Picada: ajo, almendras, perejil y vino blanco
- Sal y pimienta

Elaboración

Mezclar los ingredientes en un bol, formar bolas y pasar por harina.

En una sartén (*que no enganche*): Dorar las albóndigas, retirar y añadir a una cazuela. En esa misma sartén hacer un sofrito de cebolla y tomate, añadir a la cazuela, condimentar y añadir a cazuela la zanahoria, los guisantes y los champiñones cortados a cuartos. Desglasar la sartén del sofrito con agua (*cantidad ajustada a lo necesario*), mojar con esta la preparación anterior. Cocinar durante 10 minutos, añadir la picada y finalizar la cocción (*10 minutos más*).



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

BABA DE RON CON MANDARINA PASAS Y PIÑONES

Ingredientes

- *Aceite de girasol*
- *100gr de azúcar*
- *100 gr. de mantequilla*
- *100 gr. de harina*
- *2 c.p rasas de levadura royal*
- *2 huevos enteros*
- *Piñones*
- *Uvas pasas*

Ingredientes del almíbar

- *1 naranja*
- *50 gr. de azúcar*
- *Un poco de ron*
- *Piel de la naranja*
- *3 mandarinas*

Elaboración

Pintar los moldes de flan con el aceite de girasol. Macerar las uvas pasas con el ron. En un bol mezclar, harina, levadura y azúcar, añadir huevos y mantequilla, amasar, verter en los moldes, añadir piñones y uvas pasas. Poner 15 minutos en el horno a 170°.

Poner en un cazo un zumo de naranja (50 gr.), el azúcar, la piel de la naranja y el ron. Reducir a la mitad.

Una vez retirado del horno y el molde, mojar el baba con el almíbar. Decorar con gajos de mandarina pelada al vivo.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

VERDURAS AGRIDULCES CON CUSCÚS DE TOMATE SECO

Ingredientes

- 1 calabacín.
- 1 berenjena.
- 200 g. de espinacas.
- 2 zanahorias.
- 1 puerro.
- 1 diente de ajo.
- 50 g. de cuscús.
- 2 tomates secos.
- 50-70 ml. de agua.
- 2 c.s. de salsa de soja.
- 1 c.s. de zumo de limón.
- Semillas de sésamo.
- Sal.
- Pimienta.

Elaboración

Cortar las verduras en macedonia. Saltear el calabacín, la berenjena, las zanahorias, el puerro y el diente de ajo por separado. Juntarlas y añadir las espinacas. Cocinar 3 minutos e incorporar el zumo de limón, la salsa de soja y las semillas de sésamo.

Poner a calentar el agua con los tomates secos picados. Verter un tercio sobre el cuscús poco a poco mientras se remueve. Verter otro tercio, remover y tapar con papel film. Dejar reposar cinco minutos hasta que absorba toda el agua. Verter el último tercio poco a poco hasta que el cuscús quede tierno.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

SOLOMILLO A LA PIÑA CON FRUTOS SECOS

Ingredientes

- 600 g. de solomillo de cerdo.
- 250 ml. de zumo de piña.
- 100 g. de cebolla.
- 100 g. de champiñones.
- 20 g. de pistachos.
- 20 g. de avellanas.
- 20 g. de almendras.
- 200 g. de piña.
- Sal.
- Pimienta.
- Laurel.
- Tomillo.

Elaboración

Marinar el solomillo con el zumo de piña, el tomillo, el laurel, la sal y la pimienta durante 30-40 minutos.

Cortar la cebolla en brunoise y rehogarla. Cuando esté tierna añadir los champiñones en brunoise y cocinarlos hasta que queden secos. Colar el marinado y añadir el zumo de piña. Llevar a ebullición, colar y reducir a fuego lento.

Tostar los pistachos pelados, las avellanas y las almendras. Chafarlos un poco con el mortero y añadir a la salsa.

Cortar la piña en dados y marcarla en la plancha hasta que empiece a caramelizar.

Marcar el solomillo en la plancha dos minutos por lado y acabar de cocinarlo en el horno a 180°C durante 4-5 minutos.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

TIRAMISÚ DE MANZANA

Ingredientes

- 250 g. de queso mascarpone.
- 250 g. de yogur griego.
- 3 manzanas.
- Zumo de medio limón.
- 1 c.s. de azúcar.
- 100 g. de cereales de arroz inflado.
- 100 g. de chocolate.

Elaboración

Pelar y trocear las manzanas. Ponerlas en un cazo con un dedo de agua y el zumo de limón. Cocinar a fuego lento durante 15-20 minutos. Triturar y añadir azúcar si es necesario. Enfriar.

Fundir el chocolate al baño maría y verterlo sobre el arroz inflado. Estirar sobre dos hojas de papel sulfurizado y aplastar con un rodillo hasta que tenga textura de arena.

Mezclar el mascarpone con el yogur griego y el azúcar hasta que el azúcar desaparezca.

Servir en una copa haciendo capas de la arena de chocolate, la manzana y el mascarpone. Acabar con un poco de chocolate rallado por encima.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

LASAÑA DE BOLONYESA DE CARNE

Ingredientes

- 400 gr. de carne picada
- 400 gr. de cebolla
- 1 zanahoria
- 1 d. de ajo
- 400 gr. de tomate triturado
- Pimentón dulce
- Orégano
- Pasta de canelones
- 50 gr. de mantequilla
- ½ cebolla
- 50 gr. de harina
- 1 litro de leche
- Queso Emmental rallado
- Sal y pimienta

Preparación

Hervir la pasta y extender para secar.

Dorar la carne picada, añadir la cebolla y desglasar, añadir la zanahoria picada, , el ajo picado y el orégano, cocinar todo, condimentar.

En un cazo: derretir la mantequilla, dorar la cebolla, añadir la harina, mojar con leche y elaborar una bechamel.

En una bandeja montar el plato en forma de lasaña. Verter por encima la bechamel y cubrir con el queso rallado. Gratinar.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

ALBONDIGAS DE CARNE CON SU GUARNICIÓN A LA JARDINERA

Albóndigas

- 400 gr. de carne picada
- 1 cebolla mediana de Figueras
- 1 d. de ajo
- Perejil
- 1 huevo (entero)
- 1 rebanada de pan
- Leche
- Sal y pimienta

Salsa

- 2 cebollas medianas
- 200 gr. de tomate triturado
- Pimentón dulce
- 400 gr. de guisantes
- 1 bandeja de champiñones
- 3 zanahorias
- Picada: ajo, almendras, perejil y vino blanco
- Sal y pimienta

Elaboración

Mezclar los ingredientes en un bol, formar bolas y pasar por harina.

En una sartén (*que no enganche*): Dorar las albóndigas, retirar y añadir a una cazuela. En esa misma sartén hacer un sofrito de cebolla y tomate, añadir a la cazuela, condimentar y añadir a cazuela la zanahoria, los guisantes y los champiñones cortados a cuartos. Desglasar la sartén del sofrito con agua (*cantidad ajustada a lo necesario*), mojar con esta la preparación anterior. Cocinar durante 10 minutos, añadir la picada y finalizar la cocción (*10 minutos más*).



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

BABA DE RON CON MANDARINA PASAS Y PIÑONES

Ingredientes

- *Aceite de girasol*
- *100gr de azúcar*
- *100 gr. de mantequilla*
- *100 gr. de harina*
- *2 c.p rasas de levadura royal*
- *2 huevos enteros*
- *Piñones*
- *Uvas pasas*

Ingredientes del almíbar

- *1 naranja*
- *50 gr. de azúcar*
- *Un poco de ron*
- *Piel de la naranja*
- *3 mandarinas*

Elaboración

Pintar los moldes de flan con el aceite de girasol. Macerar las uvas pasas con el ron. En un bol mezclar, harina, levadura y azúcar, añadir huevos y mantequilla, amasar, verter en los moldes, añadir piñones y uvas pasas. Poner 15 minutos en el horno a 170°.

Poner en un cazo un zumo de naranja (50 gr.), el azúcar, la piel de la naranja y el ron. Reducir a la mitad.

Una vez retirado del horno y el molde, mojar el baba con el almíbar. Decorar con gajos de mandarina pelada al vivo.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

VERDURAS AGRIDULCES CON CUSCÚS DE TOMATE SECO

Ingredientes

- 1 calabacín.
- 1 berenjena.
- 200 g. de espinacas.
- 2 zanahorias.
- 1 puerro.
- 1 diente de ajo.
- 50 g. de cuscús.
- 2 tomates secos.
- 50-70 ml. de agua.
- 2 c.s. de salsa de soja.
- 1 c.s. de zumo de limón.
- Semillas de sésamo.
- Sal.
- Pimienta.

Elaboración

Cortar las verduras en macedonia. Saltear el calabacín, la berenjena, las zanahorias, el puerro y el diente de ajo por separado. Juntarlas y añadir las espinacas. Cocinar 3 minutos e incorporar el zumo de limón, la salsa de soja y las semillas de sésamo.

Poner a calentar el agua con los tomates secos picados. Verter un tercio sobre el cuscús poco a poco mientras se remueve. Verter otro tercio, remover y tapar con papel film. Dejar reposar cinco minutos hasta que absorba toda el agua. Verter el último tercio poco a poco hasta que el cuscús quede tierno.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

SOLOMILLO A LA PIÑA CON FRUTOS SECOS

Ingredientes

- 600 g. de solomillo de cerdo.
- 250 ml. de zumo de piña.
- 100 g. de cebolla.
- 100 g. de champiñones.
- 20 g. de pistachos.
- 20 g. de avellanas.
- 20 g. de almendras.
- 200 g. de piña.
- Sal.
- Pimienta.
- Laurel.
- Tomillo.

Elaboración

Marinar el solomillo con el zumo de piña, el tomillo, el laurel, la sal y la pimienta durante 30-40 minutos.
Cortar la cebolla en brunoise y rehogarla. Cuando esté tierna añadir los champiñones en brunoise y cocinarlos hasta que queden secos. Colar el marinado y añadir el zumo de piña. Llevar a ebullición, colar y reducir a fuego lento.
Tostar los pistachos pelados, las avellanas y las almendras. Chafarlos un poco con el mortero y añadir a la salsa.
Cortar la piña en dados y marcarla en la plancha hasta que empiece a caramelizar.
Marcar el solomillo en la plancha dos minutos por lado y acabar de cocinarlo en el horno a 180°C durante 4-5 minutos.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

TIRAMISÚ DE MANZANA

Ingredientes

- 250 g. de queso mascarpone.
- 250 g. de yogur griego.
- 3 manzanas.
- Zumo de medio limón.
- 1 c.s. de azúcar.
- 100 g. de cereales de arroz inflado.
- 100 g. de chocolate.

Elaboración

Pelar y trocear las manzanas. Ponerlas en un cazo con un dedo de agua y el zumo de limón. Cocinar a fuego lento durante 15-20 minutos. Triturar y añadir azúcar si es necesario. Enfriar.

Fundir el chocolate al baño maría y verterlo sobre el arroz inflado. Estirar sobre dos hojas de papel sulfurizado y aplastar con un rodillo hasta que tenga textura de arena.

Mezclar el mascarpone con el yogur griego y el azúcar hasta que el azúcar desaparezca.

Servir en una copa haciendo capas de la arena de chocolate, la manzana y el mascarpone. Acabar con un poco de chocolate rallado por encima.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

SOUFFLÉ DE CALABACÍN

Ingredientes

- *1 cebolla tierna.*
- *1 diente de ajo.*
- *150 g. de calabacín.*
- *75 g. de mantequilla.*
- *70 g. de harina.*
- *300 ml. de leche.*
- *4 claras.*
- *4 yemas.*
- *30 g. de nueces.*
- *Orégano.*
- *Laurel.*
- *Sal.*
- *Pimienta.*

Elaboración

Picar el ajo y dorarlo en un poco de aceite.

Rehogar la cebolla cortada en brunoise con una pizca de sal y unas hojas de laurel durante 30 minutos. Cuando esté tierna añadir el calabacín cortado en brunoise y cocinarlo hasta que esté tierno. Incorporar el orégano y las nueces troceadas.

Llevar la leche a ebullición y reservarla en caliente a fuego lento.

Fundir la mantequilla y añadir la harina. Cocinar hasta que la harina coja un color dorado. Incorporar la leche poco a poco y sin dejar de remover para que no queden grumos. Cocinar la bechamel hasta que espese un poco y atemperarla.

Montar las claras a punto de nieve e incorporar las yemas batidas con una lengua.

Mezclar el rehogado de calabacín con la bechamel y añadir los huevos poco a poco con una lengua para que no pierda volumen. Salpimentar.

Engrasar los moldes con un poco de aceite y rellenarlos en $\frac{3}{4}$ partes. Hornear a 200°C durante 25-30 minutos y servirlos.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

HAMBURGUESAS DE PESCADO Y VERDURAS CON SALSA DE PIMIENTO ROJO

Ingredientes

- 300 g. de merluza.
- 1 diente de ajo.
- 1 puerro.
- 1 zanahoria.
- 1 huevo.
- 1 c.c. de curry.
- Jengibre.
- Pan rallado.
- 2 pimientos rojos.
- 2 cebollas tiernas.
- 200 ml. de agua.
- Vino blanco.
- Sal.
- Pimienta.

Elaboración

Picar el ajo y dorarlo.

Cortar el puerro y la zanahoria en brunoise y rehogarlos durante 20 minutos. Retirar del fuego y añadir el curry y el jengibre rallado. Pasar a un bol para que atempere e incorporar la merluza desmenuzada, el huevo y el pan rallado que sea necesario hasta que quede una masa sin exceso de humedad.

Dar la forma de hamburguesas y cocinarlas en una sartén con un poco de aceite.

Rehogar las cebollas tiernas cortadas en brunoise y añadir los pimientos rojos. Cuando estén tiernos recuperar con el vino blanco y dejar evaporar el alcohol. Mojar con el agua y llevar a ebullición. Triturar, colar y salpimentar.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

BIZCOCHO DE YOGUR CON TOFFEE DE RON

Ingredientes

- 150 g. de harina de trigo integral.
- 3 huevos.
- 3 claras.
- 4 yogures naturales.
- Ralladura de 2 limones.
- 10 g. de levadura.
- 2 c.s. de miel.
- 40 g. de nueces.
- 100 ml de nata.
- 100 g. de azúcar.
- 20 g. de mantequilla.
- 20 ml. de ron.

Elaboración

Montar los huevos con las claras hasta que doblen volumen. Incorporar la miel, la harina, la levadura, los yogures y las nueces tostadas y troceadas.

Hornear a 180°C durante 20 minutos.

Caramelizar el azúcar con la mantequilla. En un cazo llevar el ron a ebullición e incorporarlo sin dejar de remover. Calentar la nata y verterla caliente y colada mientras se remueve. Retirar del fuego cuando espese



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

LUBINA CON SALSA JUVERT Y CUSCÚS DE VERDURAS

Ingredientes:

- 2 filetes de lubina, cualquier pescado blanco limpios y sin espinas

Para la salsa juvert:

- 50 g. de perejil fresco
- 1 g. de orégano fresco
- 1g. de menta fresca
- 2 g. de ajo
- 30 g. de pan tostado
- 50 g. de avellanas tostadas y peladas
- 25 g. de nueces
- 150 g. de aceite de oliva virgen extra
- 20 g. de vinagre de jerez
- 20 g. de miel
- Sal y pimienta

Para el cuscús:

- 200 g. de cuscús precocido
- 300 g. de fondo de verduras
- Una cebolla cisele
- 75 g. de zanahoria cortada en macedonia
- 50 g. de pasas
- 50 g. de piñones
- Menta fresca

Elaboración:

Para la salsa juvert: en un bol, mezclar el pan tostado, el ajo, las avellanas, las nueces, las yemas, el aceite, el vinagre y la miel. Dejar marinar 12 horas.

Al día siguiente, añadirle las hierbas frescas y tritararlo todo. Rectificar de sal y pimienta y reservarlo en frio.

Para el cuscús: hidratar la sémola con el fondo de verduras caliente y reservar. Rehogar la cebolla, añadir la zanahoria y continuar rehogando. Añadir las pasas y los piñones tostados, rehogar. Incorporar el cuscús y rectificar de sal y pimienta. Añadir fuera el fuego la menta picada.

Para el pescado: en una plancha caliente marcar los filetes de pescado salpimentados untados con aceite de oliva, han de quedar poco hechos.

Acabados: en un plato poner una buena cucharada de salsa juvert, encima una línea de cuscús y el pescado. Terminar por decorar el plato con unes brotes de ensalada aliñada.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

FLAMICHE DE PUERROS

Para la masa brisa:

- 200 g. de harina
- 4 g. de sal
- 100 g. de mantequilla
- 50 g. de agua, aprox.

Para la bechamel:

- 200 g. de leche
- 25 g. de mantequilla
- 25 g. de harina
- Nuez moscada

Para el relleno:

- 250 g. de puerro emincé
- 100 g. de cebolla emincé
- 30 g. d mantequilla
- Sal, pimienta
- 70 g. de queso emental rallado
- 1 yema
- 1 huevo

Elaboración masa:

En un bol, introducir la harina, la sal, la mantequilla fría cortada en dados pequeños y mezclar con los dedos hasta obtener una masa arenosa. Incorporar los líquidos y juntar la masa sin trabajarla. Dejar enfriar 30 minutos.

Forrar un molde de 20 cm de diámetro con la masa y guardar los retales de masa para luego, hacer un enrejado encima de la tarta. Cocer al blanco. Rellenar y espolvorear con el resto del queso rallado.

Para la bechamel:

Practicar un roux rubio y añadirle la leche, cocer unos minutos.

Para el relleno:

Rehogar los puerros y la cebolla en la mantequilla, salpimentados. Una vez cocinado retirar del fuego e incorporar la bechamel, la yema y el huevo y la mitad del queso.

Poner un enrejado de tiras de masa, cortadas de 5 mm. de ancho, cruzadas a rombos. Pintar con huevo.

Hornear a 180 ° C. hasta que dore, desmoldarla encima de una reja y servir tibio.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

BIZCOCHO DE CHOCOLATE DE ALMENDRAS Y NARANJA

Ingredientes:

- 93 g. de chocolate de cobertura al 70 %
- 43 g. de mantequilla
- 3 huevos
- 75 g. de azúcar
- ½ c.c de vainilla
- 85 g. de harina de almendras
- Ralladura de una naranja
- Cacao en polvo

Elaboración:

Fundir el chocolate con la mantequilla. Separar las claras de las yemas, blanquear las yemas con el azúcar, añadir la vainilla y la ralladura de naranja.

Incorporar el chocolate con la mantequilla fundidos y la harina de almendra. Por último incorporar las claras montadas con mucho cuidado, removiendo de arriba abajo.

Cocer en el horno a 180° C. durante unos 20 a 30 minutos. Una vez fría espolvorearla con cacao en polvo. Servir acompañada de nata montada.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

POLLO REBOZADO EN HOJALDRE

Ingredientes

- 500 gr. de carne de pollo
- 20 ml. de aceite de oliva
- 2 cebollas tiernas o puerros
- 1 c.c. de comino
- 1 c.c. de cilantro molido
- 1 guindilla
- 2 c.s. de cilantro fresco o perejil
- 50 gr. de pan rallado
- 1 huevo
- 20 gr. de piñones tostados
- 40 gr. de pasas
- Semillas de sésamo o amapola para decorar
- Láminas de hojaldre congelado

Ingredientes guarnición

- 100 gr de rúcula o berros
- 50 gr. de queso fresco
- Aceite de cebollino
- 10 gr. de piñones
- 20 gr. de pasas

Elaboración

Deshuesaremos el pollo y picaremos bien pequeño o pasaremos por la trituradora.

Picaremos la cebolla en ciselée.

Mezclaremos el pollo y la cebolla con el comino, las guindillas y el cilantro pasados por la sartén, el cilantro o perejil fresco y el pan rallado. Añadiremos los piñones tostados, las pasas y un poco de aceite. Salpimentaremos.

Estiraremos las láminas de hojaldre y colocaremos la farsa en forma de butifarra.

Enrollaremos como si fuera un brazo de gitano dejando el pliegue en la parte de abajo.

Pintaremos con huevo batido y espolvoreamos con semillas de amapola o sésamo.

Hornearemos a 200 °C unos 10 minutos y otros diez minutos a 160 °C.

Prepararemos la guarnición juntando todos los componentes y regando con el aceite de cebollino.

Cortaremos el hojaldre en dos partes.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

PASTEL DE SALVADO CON CIRUELAS Y PASAS

Ingredientes

- 150 gr. de ciruelas
- 150 gr. de pasas
- 70 gr. de salvado
- 100 gr. de azúcar moreno
- 100 gr. de azúcar blanco
- 400 ml. de leche
- 100 gr. de harina blanca
- 100 gr. de haria integral
- 2 huevos
- 1 c.c. de especias variadas
- Azúcar glass para decorar

Elaboración

Pondremos a remojar los frutos secos, y el salvado con la leche unos 20 minutos.

Montaremos las yemas de huevo con el azúcar e incorporaremos las dos harinas y las especias. Mezclaremos bien.

Incorporaremos la preparación de la leche. Mezclaremos bien.

Montaremos las claras a punto de nieve y las incorporaremos cortando en tres veces.

Colocaremos en un molde previamente encamisado y horneamos a 180 °C de 20 a 25 minutos.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

TAJIN DE LENTEJAS Y CALABAZA

Ingredientes

- 200 gr. de lentejas
- 4 tomates
- ½ kg de calabaza
- 40 ml. De aceite de oliva
- 1 cebolla mediana
- 3 dientes de ajo
- 1 c. de semillas de comino
- 1c. de semillas de cilantro
- 1 guindilla (opcional)
- 1 c. de Pimentón
- 1 c.c.de tomate concentrado (opcional)
- 1 c.s.de azúcar
- Perejil y cilantro fresco picado

Elaboración

Cubrimos las lentejas con ½ l de agua, tapamos y cocemos a fuego fuerte 5 minutos, reducimos fuego y dejamos cocer unos 15 minutos más.

Partiremos los tomates por la mitad, retiramos semillas y asamos al horno con sal, azúcar y aceite. Mantener unos 15 minutos con grill y ventilador a 210 °C.

Pelamos y cortamos la calabaza en dados de 3cm aprox.

Cortaremos la cebolla en ciselée y rehogamos con el aceite unos 20 minutos, añadimos el ajo fileteado, freímos unos 3 minutos y añadimos las especias tostadas y majadas con la guindilla. Mezclamos y añadimos el tomate asado retirando la piel y el tomate concentrado. Mezclamos y dejamos que pierda el agua restante. Añadimos la calabaza, mezclamos con el resto de componentes y dejamos cocer tapado unos 10 minutos controlando cocción.

Añadimos las lentejas y rectificamos de sal. Alargar cocción unos 5 minutos más hasta que el calabaza esté al dente.

Refrescar con perejil y cilantro fresco.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

ENSALADA DE BERENJENA ESCALIBADA CON VINAGRETA DE MISO

Ingredientes:

- 4 berenjenas
- 2 c.s de semillas de sesamo
- 1 dl de agua
- 2 c.s de Dashi
- 1 c.s de miso rojo
- 2 c.s de salsa de soja
- 1 c.s de aceite de sésamo
- 2 c.s de aceite de girasol
- ½ escarola
- 2 c.s de alga wacame
- 3 c.s de alga agar agar

Elaboración:

Escalibar las berenjenas sobre el fuego dando les la vuelta cada 3 min. Cuando estén tiernas las ponemos en un bol tapadas con papel de film. Dejamos enfriar.

Tostamos las semillas de sésamo en una paella durante 5 min.

Para la vinagreta de miso ponemos el agua en un vaso de triturar. Añadimos el dashi, la pasta de miso la salsa de soja, el aceite de sésamo y el aceite de girasol. Trituramos con el minipimer.

Ponemos a hidratar las algas en un bol con agua fría. Limpiamos la escarola y la secamos bien.

Pelamos las berenjenas y las cortamos a tiras a lo largo. Las disponemos sobre un plato grande. Aliñamos las berenjenas con la vinagreta.

Montamos un plato con un lecho de escarola. Encima colocamos la berenjena aliñada y un poco más de vinagreta, ponemos las algas y las semillas de sésamo.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

HAMBURGUESA DE POLENTA LENTEJAS Y GIRGOLAS

Ingredientes:

- 200 gr de polenta
- 300 gr de agua
- 100 gr de lentejas cocidas
- 2 cebollas
- 1 pimiento rojo
- 8 girgolas
- 2 zanahorias
- Mayonesa de curry
- 1 huevo
- 1 diente de ajo
- 1 c.c de curry en polvo
- 1 c.s de cilantro picado
- 2 dl de aceite de oliva suave
- Sal
- ½ limón
- 3 tomates rojos
- 2 cebollas
- Germinado de alfalfa
- 4 panes de hamburguesa

Elaboración:

Hacer un sofrito de cebolla y zanahoria cortado a brunoise. A los 10 min. agregar el pimiento picadito y sofreír 10 min. más. Cortar la girgolas a daditos y saltearlas con sal y pimienta.

Poner a hervir el agua con un poco de sal. Cuando empieza a hervir añadir la polenta como una fina lluvia mientras que con unas varillas vais removiendo. Dejar que cueza unos 5 min. comprobar que queda una textura de puré denso. Añadir las lentejas, las girgolas y el sofrito escurrido de aceite a la polenta. Mezclar todos los ingredientes. Rectificar de sal y pimienta.

Sobre una placa de horno forrada con papel sulfurizado ponemos un corta pastas de medida de hamburguesa. La rellenamos de la pasta de polenta y vamos repitiendo la operación.

Cortamos el tomate a lonchas finas y la cebolla a aros.

Mintamos una mayonesa mezclando huevo, ajo, curry zumo de medio limón, sal, cilantro. Batimos con el minipimer y añadimos el aceite a chorrito sin dejar de emulsionar.

Marcamos las hamburguesas a la plancha junto con la cebolla a rodajas y el pan de burger.

Ponemos un poco de salsa en el pan cubrimos de tomate y cebolla y la hamburguesa encima. Ponemos orto poco de salsa y acabamos con germinados de alfalfa.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

TORRIJAS CON CREMA Y FRUTA

Ingredientes:

- 1 barra de pan
- 1 l de leche
- 6 huevos
- Aceite de girasol
- 2 dl de anís
- Canela en polvo
- Azúcar
- 2 Kiwis
- 1 mango
- 1 manzana

Crema pastelera

- 1/2 l de leche
- 4 yemas
- 125 gr. de azúcar
- 40 gr. de maicena
- Pela de limón, canela en rama.

Elaboración:

Cortar el pan en rebanadas. Hundirlo en la leche y anís, pasarlo por el huevo y freírlo en aceite caliente y abundante. Damos la vuelta para que se dore por los dos lados. Retiramos sobre un plato con papel de absorbente. Ponemos el azúcar y la canela molida en un bol grande. Rebozamos las torrijas con el azúcar.

Crema pastelera: Hervir la leche con el azúcar y los aromas. Cuando hierva dejar infusionar 10 min. Mezclar las yemas con la maicena y colar. Colar la leche infusionada sobre las yemas. Remover constantemente mientras cocemos a fuego suave. Dejamos enfriar

Cortar las frutas y decorar las torrijas rellenas de crema.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

SMOOTHIE (BATIDO) DE MORAS AZULES Y ARÁNDANOS

Ingredientes:

- *1 ½ tazas de moras azules congeladas*
- *1 ½ tazas de yogurt de arándanos o frambuesas*
- *20 o 25g de semillas de linaza molidas*
- *1 ½ tazas de leche*
- *2 cucharaditas de miel*
- *5 hojas de menta.*

Elaboración:

Licúa el yogurt de arándanos junto con la leche y las moras azules hasta obtener una mezcla suave. Añade las semillas de linaza molidas, la miel, servimos en copas y decoramos con la menta



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

ARROZ CREMOSO DE COLIFLOR

Ingredientes

- 200 gramos de arroz bomba.
- 1 litro de caldo de pollo ya preparado.
- 1/2 coliflor.
- 1 cebolla mediana.
- 70 gramos de bacon.
- 1/2 vaso de vino blanco seco.
- 4 cucharadas soperas de queso Parmesano rallado.
- 1 cucharada de mantequilla.
- Aceite de oliva, sal, pimienta y perejil picado.

Preparación

Calentamos en una sartén o cacerola un poco de aceite y pasamos a pochar la cebolla previamente picada a dados pequeños. Añadimos el bacon picado de igual manera y, después, incorporamos la coliflor, habiendo dejado sólo las flores. Pochamos todo junto durante cinco minutos más o menos y añadimos el arroz, dejando que cueza con el conjunto durante dos minutos.

Vertemos el vino blanco, dejamos que se evapore completamente y vamos añadiendo poco a poco el caldo de pollo preparado, dejando que el arroz absorba el líquido lentamente y dejándolo al punto con un toque duro. Apagamos el fuego y añadimos la cucharada de mantequilla y el Parmesano rallado, removiendo hasta obtener un Arroz cremoso de coliflor. Por último, rectificamos de sal y de pimienta.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

LOMO DE MERLUZA A LA PROVENZAL

Ingredientes :

- *Un lomo de Merluza*
- *Un tomate Mediano*
- *Media cebolla*
- *Cuatro o cinco aceitunas negras*
- *Un diente de ajo*
- *Perejil picado*
- *El zumo de medio limón*
- *Un chorrito de vino blanco*
- *Un chorrito de aceite de oliva*
- *Sal y pimienta*

Preparación:

Toma un trozo de papel de aluminio suficientemente grande como para que cubra el lomo de Merluza y le sobre para formar un buen paquete. Coloca el lomo en el centro y acomoda por encima de él la cebolla y el tomate bien picados. Mientras tanto, prepara una especie de aliño con el limón, el vino blanco, el aceite de oliva, sal, pimienta, perejil picado, el ajo bien picado y también las aceitunas. Cubre el lenguado con esta mezcla, cierra el papel de aluminio. Horneamos a 180 grados de 15, 20 minutos de cocción a fuego medio-fuerte. Acompañaremos de un puré de calabazas o alguna ensalada light..



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

CROQUETAS DE CAFE

Ingredientes

- 40 gr. de mantequilla
- 110 gr. de harina
- 800 ml. de leche
- 30 gr. de Maizena
- 30 gr. de café
- 5 cucharadas de azúcar
- Licor (opcional)

Elaboración

Ponemos la mantequilla en el cazo y cuando se funde, añadimos la harina y con unas varillas removemos bien un par de minutos.

Con la leche tibia, diluimos la Maizena y el café en un poco de leche, y vamos incorporando todo despacio y sin dejar de remover al Roux que tenemos ya hecho y dejamos al fuego removiendo hasta que veamos que espesa.

Volcamos en una fuente y esperamos a que se enfríe.

Formamos las croquetas, las rebozamos con galletas molidas y freímos pasándolas después por una mezcla de azúcar y canela cuando aún estén calientes.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

COCA DE RECAPTE DE CEBOLLA Y PIMIENTO

Ingredientes

- 250 gr. de harina
- 80 gr. de leche
- 80 gr. de aceite de oliva
- 2 pimientos rojos
- 2 cebollas de figueras
- Sal y pimienta
- 100 gr. de aceitunas negras sin hueso

Elaboración

Hacer un volcán de harina y amasar con el aceite, la leche, sal. Estirar la masa muy fina y ponerla en una placa con papel de horno. Cortar a rodajas finitas la cebolla y el pimiento. Freír lo por separado. Repartir el pimiento y la cebolla por sobre la masa. Poner las olivas y cocer al horno 180°C 20 min.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

LASAÑA DE BERENJENA CON MAHONESA DE ALMENDRA

Ingredientes lasaña

- 2 berenjenas

Ingredientes relleno

- 2 calabacines
- 100 gr. de setas
- 2 pimientos rojos
- 2 cebollas
- 6 tomates
- 20 gr. de azúcar
- Hierbas aromáticas
- Queso rallado de Parma (opcional)

Ingredientes mahonesa

- 100 ml. de aceite
- 1 huevo
- almendra tostada
- 2 dientes de ajo escaldados
- Pizca de sal

Elaboración lasaña

Cortar la berenjena en láminas finas y asar al horno o a la parrilla unos 5 minutos. Retirar y salpimentar

Elaboración relleno

Cortar todas las verduras en macedonia.

Sofreír la cebolla y la zanahoria durante unos 30 minutos.

Incorporar el pimiento rojo y cocer unos 8 minutos.

Incorporar el calabacín y las setas y cocer unos 5 minutos.

Incorporar el tomate limpio de piel y pepitas, las hierbas aromáticas y cocinar alrededor de 1 hora.

Elaboración mahonesa

En un bol alto colocar todos los ingredientes y emulsionar.

En una placa de horno o en recipientes individuales colocar una capa de lasaña, encima una capa de verduras, otra de pasta, otra de verduras y terminar con una capa de pasta.

Cubrir con la mahonesa, hornear unos minutos a unos 200° para calentarla y gratinar.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

TARTA CASERA DE REQUESÓN FRESCO CON PASAS E HIGOS

Ingredientes

- 15 galletas maría
- 100 gr. de mantequilla
- 350 gr. de mató
- 4 higos y 40 gr. de pasas (opcional)
- 1 bote pequeño de leche condensada
- 3 huevos
- 1 c. de canela
- 1 c. de ralladura de limón
- 1 c. de ralladura de naranja

Elaboración

Se desmenuzan las galletas y se mezclan con la mantequilla derretida formando una masa con la que cubriremos el fondo de un molde

.Se mezclan con la batidora, los huevos, el queso y la leche condensada. Se añaden las ralladuras de naranja y limón.

Trocearemos los higos y los añadiremos al relleno junto con las pasas

Se vierte en el molde la masa junto con los higos y se introduce en el horno unos 20 a 25 minutos a 160 °C hasta que cuaje

Se sirve con canela y azúcar espolvoreado por encima.

Pueden introducirse cualquier tipo de frutas secas



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

ÑOQUIS DE ESPINACAS

Ingredientes

- 300 g. de espinacas.
- 350 g. de harina.
- 2 claras.
- 50 g. de pasas.
- 50 g. de piñones.
- Sal.
- Pimienta.

Elaboración

Quitar el tallo de las espinacas y escaldarlas 1 minuto en agua hirviendo con sal. Parar la cocción con agua fría y escurrir. Triturar y si hace falta añadir un poco de agua. Pasar el puré a un bol y añadir las claras batidas. Cuando estén incorporadas poner la harina poco a poco y amasar despacio hasta que no se pegue a las manos. Salpimentar y dejar reposar 10 minutos. Hacer rulos de masa sobre la mesa espolvoreada con harina y cortar trozos pequeños. Cocinar los ñoquis en agua hirviendo y mantenerlos hasta que suban a la superficie. Escurrir y reservarlos. Saltear las pasas con los piñones y servirlos sobre los ñoquis.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93.349.10.19

CONEJO ASADO CON MANZANAS AL VINO

Ingredientes

- 700 g. de conejo
- 2 dientes de ajo.
- Laurel.
- Tomillo.
- Romero.
- 150 ml. de vinagre de manzana.
- Aceite de oliva.
- 2 cebollas.
- 2 manzanas.
- 200 ml. de vino tinto.
- Harina.
- Sal.
- Pimienta.

Elaboración

Laminar los dientes de ajo, dorarlos y retirarlos.

Enharinar los trozos de conejo y dorarlo en el aceite de cocinar los ajos. Retirarlo sobre una bandeja de horno.

Escaldar el tomillo y el romero durante 30 segundos y parar la cocción con agua fría.

Majar los ajos con el tomillo, el romero, el laurel, el vinagre de manzana y el aceite de oliva. Ponerlo sobre el conejo y hornear a 180°C durante 15-20 minutos.

Cortar la cebolla en juliana y rehogarla durante 30 minutos.

Pelar y cortar las manzanas en gajos y añadirlas a la cebolla. Cuando esté dorada recuperar los jugos con el vino tinto y dejar evaporar el alcohol. Bajar el fuego al mínimo y dejar reducir la salsa.

Servir el conejo sobre una cama de la manzana al vino.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

MAGDALENAS DE CALABAZA

Ingredientes

- 250 g. de harina de trigo integral.
- 225 g. de calabaza.
- 1 huevo.
- 120 g. de azúcar moreno.
- 150 g. de mantequilla.
- 1 c.c. de canela.
- 8 g. de levadura.
- 1 c.c. de sal.

Elaboración

Poner a cocer la calabaza cortada en macedonia hasta que quede tierna y triturlarla.

Creumar la mantequilla pomada con el azúcar moreno. Cuando haya doblado volumen incorporar el huevo, la calabaza, la harina, la levadura, la canela y la sal.

Rellenar $\frac{3}{4}$ partes de los moldes y hornear a 200°C durante 15-20



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

MOUSSE DE LEMOND CURD CON CROCANTI DE ALMENDRAS

(Mousse de lemon curd)

- 300 gr. de nata montada
- Vainilla
- Azúcar glas
- La ralladura de dos limones
- 200 ml de zumo de limón
- 200 g de azúcar
- 100 g de mantequilla sin sal
- 3 huevos
- Almendra crocanti

Elaboración

Montar la nata en su punto, añadir la esencia de vainilla y mezclar, añadir azúcar glas. Reservar en nevera.

Mezclar en un bol el azúcar con la ralladura de limón, añadir la mantequilla y el zumo de limón, calentar en el fuego al baño María sin dejar de remover hasta que se funda la mantequilla.

Retirar del fuego y añadir las yemas de huevo, mezclar bien, devolver al fuego para cocinar removiendo hasta que espese y adquiera la textura deseada.

Presentar en copa con espolvoreado de almendra crocanti (caramelizada)



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

BUÑUELOS DE BACALAO Y GAMBAS

Ingredientes:

(Masa)

- 175 gr de agua
- 75 gr de mantequilla
- 100 gr de harina
- 3 huevos
- 2 d. ajos

(Relleno)

- 75 gr de bacalao para desmigalar
- Colas de gamba
- Perejil
- Aceite de girasol

Elaboración buñuelos

Hacer una pasta xou con los ingredientes indicados, añadir los huevos y ligar la masa.

Elaboración relleno

Agregar a la masa el bacalao desmigado, las colas de gamba troceadas, el perejil y el ajo picado. Mezclar, formar con bolas con el y freír en aceite abundante.

Dejar reposar sobre papel absorbente para que deje el aceite sobrante.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

TROZOS DE MERO EN SALSA ROMESCO CON CEBOLLA CONFITADA, TOMATE XERRY Y AJO TIERNO

(Romescó)

- 8 almendras tostadas
- 6 avellanas tostadas
- 1 d. ajo
- 2 ñoras
- 150 gr de tomate triturado
- Vinagre de manzana
- Perejil
- Aceite de oliva
- Agua de las ñoras
- Sal y pimienta

(Guarnición)

- 400 gr de cebolla en juliana
- Pimentón dulce
- Caldo de pollo
- Tomates cherry
- Perejil picado
- Albahaca picada
- Ajo
- Ajo tierno
- Sal y pimienta

(Mero)

- 1 lomo de Mero
- Aceite de girasol
- Sal y pimienta

Elaboración romesco

Poner ñoras en remojo, retirar pulpa y reservar agua de remojo. Dorar ajos, retirar y hacer sofrito, reservar. Llevar todos los ingredientes a vaso de túrmix y triturar, rectificar.

Elaboración cebolla

En una sartén con aceite rehogar la cebolla en juliana a fuego suave. Cuando esté en su punto añadir el pimentón y cocinarlo, añadir el caldo de pollo y reducir. Condimentar y reservar.

Escaldar el tomate, pelar y macerar en una preparación de perejil, albahaca, ajo, sal y pimienta.

Pelar el ajo, cortar por la mitad y rehogar a fuego suave.

Cocción

Cortar el lomo de mero a raciones y condimentar, cocinar en sartén a fuego medio hasta que esté al punto.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

RISOTTO DE VERDURAS Y POLLO

Ingredientes

- *1 calabacín.*
- *2 zanahorias.*
- *1 puerro.*
- *2 dientes de ajo.*
- *1 pechuga de pollo.*
- *200 g. de arroz bomba.*
- *600-700 ml. de caldo de ave.*
- *75 g. de mantequilla.*
- *75 g. de parmesano.*
- *Vino blanco.*
- *Sal.*
- *Pimienta.*

Elaboración

Limpiar la pechuga de pollo y cortarla en macedonia. Dorar los trozos con un poco de mantequilla y retirarlos. Reservar. Dorar los dientes de ajo picados y añadir el puerro y las zanahorias cortados en brunoise. Rehogar a fuego lento sin que cojan color.

Añadir el calabacín cortado en brunoise y cocinarlo hasta que quede tierno. Recuperar los jugos con el vino blanco y dejar que se evapore el alcohol.

Incorporar el arroz bomba y rehogarlo sin que coja color durante 2-3 minutos.

Llevar el caldo de ave a ebullición y añadir un tercio al arroz sin dejar de remover. Cuando el arroz lo haya absorbido poner el otro tercio de caldo caliente mientras se sigue removiendo. Incorporar el último tercio cuando el arroz esté seco con la sal, la pimienta y el pollo dorado. Seguir removiendo hasta que el arroz esté cocinado. Retirar del fuego e incorporar la mantequilla y el parmesano.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

DORADA CON SOPA DE COCO Y ALBAHACA

Ingredientes

- 2 doradas.
- 300 ml. de leche de coco.
- 10 ml. de salsa de soja.
- 2 cebollas.
- 2 dientes de ajo.
- Jengibre.
- Albahaca.
- 30 g. de piñones.
- Sal.
- Pimienta.
- Vino blanco.

Elaboración

Picar los dientes de ajo y dorarlos en un poco de aceite. Añadir las cebollas cortadas en juliana y rehogarlas durante 40 minutos hasta que caramelicen. Recuperar con el vino blanco y cuando se haya evaporado el alcohol mojar con la leche de coco. Llevar a ebullición y dejar reducir a fuego lento.

Escaldar las hojas de albahaca durante 30 segundos y picarlas. Incorporarlas a la sopa con la salsa de soja, cocinar un minuto y retirar del fuego. Salpimentar.

Freír unas hojas de albahaca, ponerlas sobre papel de cocina y reservarlas.

Tostar los piñones y reservarlos.

Sacar los filetes a las doradas y sacarles las espinas. Cocinar los filetes en una sartén muy caliente con un poco de aceite durante 1 minuto por lado.

Servir la dorada sobre la sopa de coco y decorar con los piñones y las hojas de albahaca.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

PASTAS DE NARANJA Y LIMÓN

Ingredientes

- 325 g. de harina.
- 16 g. de levadura.
- 125 g. de azúcar.
- 2 huevos.
- 60 ml. de aceite.
- 60 ml. de leche.
- Ralladura de 1 limón.
- Ralladura de 1 naranja.
- Azúcar glas.

Elaboración

Montar los huevos con el azúcar hasta que triplique de volumen.

Agregar la harina tamizada y la levadura con una lengua.

Incorporar la leche, el aceite y las ralladuras de limón y naranja.

Trabajar la masa hasta que no se pegue en las manos y añadir más harina si es necesario.

Hacer bastones y colocarlos en una bandeja de horno sobre papel sulfurizado. Hornear a 180°C durante 12-15 minutos.

Tienen que quedar dorados pero un poco blandos.

Sacar del horno y dejar enfriar. Espolvorear con el azúcar glas y servir.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

TERRINA DE CARNE I HÍGADO AL HORNO

Ingredientes:

- *2 puerros en brunoise*
- *2 dientes de ajo ciselé*
- *1 c.c de pimentón dulce y picante*
- *60 g. de jamón picado*
- *40 g. de almendras tostadas picadas*
- *100 g. de brandi*
- *2 huevos*
- *400 g. de carne picada de cerdo y ternera*
- *50 g. de hígados de pollo*
- *150 g. de setas troceadas*
- *2 tiras de panceta picada*
- *2 paquetes de bacón ahumado cortado a laminas*
- *Tomillo picado*
- *laurel*

Elaboración:

Sumergir los hígados de pollo en agua y vinagre durante 30 minutos. Lavar y limpiarlos bien.

En una sauter rehogar lentamente el puerro y el ajo. Una vez rehogado y con cuidado para que no se queme, añadir el pimentón, las almendras picadas, el tomillo y las setas, rehogar. Añadir el brandi y reducir.

En un bol, mezclaremos la carne picada, los huevos batidos, el jamón picado, la panceta, el hígado picado y el sofrito anterior. Salpimentaremos. Forraremos un molde de cake con las laminas de bacón introduciremos la farsa, acabaremos con hojas de laurel, taparemos con el bacón y coceremos al baño maría a 180 ° C. durante 45 minutos.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

MERLUZA EN SALSA VERDE

Ingredientes:

- 2 supremas de merluza de 180 g. c/u
- 20 g. de aceite de oliva
- 2 ajos gordos ciselé
- 100 g. de cebolla ciselé
- 1 c.p. de harina
- 50 g. de vino blanco
- 100 g. de fumet de pescado
- 6 almejas
- 2 c.s. de perejil picado
- 30 g. de aceite de oliva

Elaboración:

Rehogar los ajos con el aceite, añadir la cebolla y dejar cocinar a fuego lento sin coja color y esté tierna, en ese momento añadir la harina, rehogar e incorporar el vino. Evaporar el alcohol, mojar con el fumet y cuando quede la mitad añadir la merluza, cocer muy lentamente, decantar un poco cruda. Añadir las almejas, dejar que se abran, decantarlas. Reducir la salsa hasta textura y sabor deseados. Añadir entonces el aceite virgen y el perejil, emulsionar y napar con esta salsa las merluza, dejar dos minutos al lado del fuego para acabar de cocer y madure la mezcla.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

BIZCOCHO DE NARANJA, YOGURT AL COINTRAU CON SALSA DE CHOCOLATE

Ingredientes:

- 250 g. de mantequilla pomada
- La ralladura de una naranja
- 220 g. de azúcar
- 3 huevos
- 30 g. de harina de almendras
- 200 g. de yogurt
- 3 c. s de zumo de naranja
- 375 g. de harina
- 15 g. de impulsor, un sobre de royal

Para el jarabe:

- 60 ml. de zumo de naranja
- La ralladura de una naranja
- 90 g. de miel
- 125 ml. de agua
- c/s cointrau

Para la salsa de chocolate:

- 125 g. de chocolate
- 63 g. de agua
- 25 g. de glucosa
- 100 g. de nata

Elaboración:

Crema la mantequilla pomada con el azúcar, añadir los huevos de uno en uno. Añadir el yogurt, con la ayuda de una espátula, el zumo de naranja y la ralladura, la harina de almendra y la harina tamizada junto con el impulsor. Colocar la mezcla en un molde previamente encamisado y cocer a 175 g. durante 35 a 40 minutos.

Para el jarabe: en una reductora poner el agua, el zumo de naranja, la miel, calentar a fuego lento hasta ebullición. Añadir el Cointrau. Una vez el bizcocho ha salido del horno bañarlo con el jarabe.

Para la salsa de chocolate: poner en una reductora el agua, la glucosa, la nata y dejar que hierva. Verter sobre el chocolate picado y mezclar hasta que quede bien fundido. Guardar en nevera.

Al pase por ración: servir el bizcocho acompañado de la salsa de chocolate.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

PAN DE PESCADO

Ingredientes

- 400 gr. de restos de pescado
- 200 gr. de miga de pan
- 60 gr. de salsa bechamel densa
- 3 huevos
- 30 gr. de mantequilla
- Sal y pimienta

Ingredientes salsa

- 3 dientes de ajo
- 1/2 l. de leche
- Sal, pimienta y nuez moscada
- 20 gr. de mantequilla
- 20 gr. de harina

Elaboración pan

Remojar la miga de pan con leche y juntarla con el pescado troceado pequeño, ayudándonos con un tenedor.
Agregar a continuación una salsa bechamel hecha espesa y ligada con las dos yemas de huevo.
Aparte montaremos las claras de huevo y las incorporaremos en último momento a la mezcla.
Introducir la mezcla en un molde untado con mantequilla y cocer al horno al baño María durante unos 30 minutos a 180 °C.

Elaboración salsa

Freímos los dientes de ajo hasta que estén dorados, retiramos y trituramos con la leche.
En la misma mantequilla cocemos la harina unos 5 minutos y añadimos poco a poco la leche caliente. Removemos bien y salpimentamos. Aromatizar con la nuez moscada.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

PASTEL DE POLVORONES

Ingredientes pastel

- 200 gr. de polvorones
- 100 gr. de azúcar
- 5 huevos
- Ralladura de 1 limón
- 8 gr. de levadura

Ingredientes salsa

- 300 ml. de leche
- 50 gr. de almendra
- 50 gr. de azúcar
- 50 ml. de leche condensada
- 15 gr. de maicena

Elaboración pastel

Trituraremos los polvorones hasta deshacerlos.

Blanquearemos las yemas con el azúcar hasta que espumen y queden rígidas. Añadiremos la ralladura de limón, los polvorones y la levadura. Mezclaremos con ayuda de una lengua.

Aparte montaremos las claras de huevo a punto de nieve y se las incorporaremos en 3 partes.

Verteremos la mezcla en unos moldes previamente encamisados y hornearemos a unos 180 °C alrededor de 40 minutos.

Retiraremos y decoraremos con azúcar glass y unas almendras laminadas.

Elaboración salsa

Prepararemos la salsa disolviendo la maicena en la leche. Llevaremos a ebullición y disolveremos la leche condensada. En una sartén fundiremos el azúcar con las almendras hasta obtener un tono tostado. Iremos añadiendo la leche poco a poco hasta que el caramelo quede disuelto. Retiramos del fuego y turmizamos.

Rectificar de gusto y enfriar.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93.349.10.19

MENESTRA DE HABITAS CON CHIPIRONES

Ingredientes

- 200 gr. de habitas frescas
- 200 gr. de chipirones
- 2 cebollas tiernas
- 2 zanahorias
- 2 rebanadas de pan
- 3 dientes de ajo
- 2 huevos
- Perejil, tomillo, romero y laurel
- 100 ml. de vino blanco
- 20 ml. de aceite
- 20 gr. de avellanas
- Sal y pimienta

Elaboración

Cocer los huevos partiendo de agua fría, salada y avinagrada durante unos 20 minutos. Pelaremos los ajos y freiremos junto con el pan y las avellanas unos 3 minutos. Retirar y majar en el mortero junto con la yema de huevo.

Cortar la cebolla en juliana.

Limpiar los chipirones y freír con la cebolla tierna unos 5 minutos a fuego alto en el mismo aceite, reducir fuego, recuperar el fondo con el vino, mojar con un poco de agua o fumet, añadir las hierbas aromáticas y cocer tapado unos 15 minutos. (pochar).

Desgranar las habitas y escaldar unos 5 minutos en agua hirviendo, retirar e introducir en la menestra, junto con la zanahoria cortada en macedonia. Seguir la cocción a fuego suave unos 10 minutos. Añadir la picada, ajustar de sal y pimienta y alargar cocción unos 5 minutos más.

Servir de inmediato decorando con perejil fresco picado y la clara de huevo picada.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

BIZCOCHO CON MOUSSE DE CHOCOLATE BLANCO Y FRAMBUESAS.

Ingredientes:

Para la Mousse

- 200 gr. de chocolate blanco
- 2 hojas de gelatina
- 150 gr de nata montada
- 2 huevos

Para el bizcocho

- 200 gr harina
- 1c.s. de levadura
- 4 huevos
- 100 gr. mantequilla
- 75 gr. azúcar
- 75 gr . de miel
- Comino, clavo, anís, canela, jengibre y piel de naranja ralladas
- 20 Frambuesas.

Elaboración:

Para la mousse:

Fundir el chocolate blanco al baño maría. Montar nata y claras a punto de nieve. Hidratar las hojas de gelatina y deshacerlas con un poco de nata caliente que incorporaremos al chocolate blanco. Añadir las yemas, la nata montada y las claras. Rellenar una manga pastelera y enfriar.

Para el bizcocho:

Montar los huevos con azúcar. Moler todas las especies y juntar con la harina y la levadura. Incorporar la miel y la mantequilla fundida a los huevos. Juntar la ralladura de naranja y la harina con la espátula. Rellenar moldes de silicona. Cocer al horno a 180° C. 20 min.
Cubrimos el bizcocho con mousse de chocolate blanco y decoramos con frambuesa.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

CODORNICES EN ESCABECHE CON PUERROS CONFITADOS

Ingredientes:

- *4 puerros*
- *Pimentón de la vera*
- *4 codornices*
- *1 escarola*
- *1 zanahoria*
- *1 cebolla*
- *2 dientes de ajo*
- *Laurel, pimienta*
- *¾ partes de aceite*
- *¼ parte de vinagre*
- *3 tomates rojos*

Elaboración:

Sacar las pechugas y los muslos de las codornices. Salpimentar y marcar los en una paella. (Los dejamos cruditos por dentro). Calentar el aceite con la pimienta, el ajo, las hojas de laurel. Añadimos el pimentón de la vera e inmediatamente el vinagre.

Saltear daditos de zanahoria, cebolla. Añadir los al escabeche.

Juntamos las codornices al escabeche caliente y dejamos que se perfumen.

Cortar los puerros y limpiarlos cocerlos al horno con sal, pimienta y un chorrito de aceite, tapados con papel de aluminio.

Pelar y cortar los tomates.

Limpiar la escarola y trocearla con los dedos

Montar un lecho de escarola disponer los puerros, las codornices, los tomates. Aliñar con escabeche emulsionado.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

PAPERINA CRUJIENTE DE ENSALADILLA RUSA Y SALMÓN AHUMADO

Ingredientes:

- 8 hojas de pasta brik
- 100 gr de mantequilla
- 4 patatas
- 2 zanahorias
- 200 gr de judías
- 100 gr de guisantes
- 100 gr de salmón ahumado
- 3 huevos
- Perejil

Para la mayonesa

- 1 huevo
- ½ limón
- 3 dl de aceite de oliva
- Sal

Elaboración

Cortar con mucho esmero las verduras a daditos regulares de no mas de 0,5 cm de lado.

Cocer las patatas al vapor controlando el punto de cocción. Hervir las judías la zanahoria y los guisantes. Cuando estén tiernas escurrir y refrescar con agua tibia. También cocer los huevos con agua hirviendo durante 12 o 13 minutos. Enfriar con agua. Cortar el salmón a tiras. Preparar la mayonesa con un huevo, sal y sumo de medio limón exprimido. Trituramos con el robot y añadimos el aceite hasta que monte.

Forramos de pasta de brik pintada con mantequilla los moldes cónicos, procurando no apretar demasiado la pasta contra el molde. Los cocemos al horno durante 10 min a 190°C. Cuando estén dorados retirar del horno. Dejar enfriar antes de sacar los moldes. Juntamos todas las verduras en un bol y las aliñamos con mayonesa. Añadimos el salmón y un poco de perejil picado. Rellenamos los conos. Decoramos con un poco de escarola, tomate y el huevo duro rallado.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

ARROZ A LA MILANESA

Ingredientes

- 400 g de arroz
- 1 Cebolla mediana
- 3 Dientes de ajo
- 1 Pimiento rojo pequeño
- 2 Chorizos crudos o semicurados
- 150 g de carne picada
- Champiñones, menestra congelado etc.
- 2 Cucharadas soperas de tomate frito
- Caldo de Ave o de verduras 1'5 litros
- 1 Copa de coñac
- Aceite de oliva
- Azafrán
- Sal

Elaboración

Coge una cazuela mediana y le echas un chorreón de aceite de oliva. Añades los ajos y la cebolla, cuando esté todo dorado le introduces el pimiento.

Cuando el pimiento ya esté dorado y medio pochado añades la carne picada y el chorizo cortado a rodajitas. Lo rehogas durante 5 minutos y seguidamente le añades el tomate frito y la menestra.

Cocinamos todos los ingredientes dos minutos a fuego lento. Después le añades un litro y medio caldo, el coñac, el azafrán, sal y lo dejas hervir durante 10 minutos

Una vez hervido le añades el arroz, lo dejas durante 16 a 20 minutos más y listo.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

LOMO RELLENO CON ENSALADA LIGHT

Ingredientes

- 1/2 cinta de lomo
- 1 taza de caldo de carne
- Sal y pimienta

Para el Relleno:

- 200g de ricota
- 2 Cucharadas de pan rallado
- 1 cebolla
- 1 huevo
- 1 Cucharada de perejil picado
- 40g de aceitunas verdes
- Sal y pimienta

Para la ensalada

- 400g de apio
- 400g de manzanas verdes
- 60g de nueces
- 1 yogurt descremado
- 4 cdas de jugo de limón
- Sal y pimienta

Elaboración

Limpia la carne y practica un corte como si fuera un libro. Salpimentar a gusto y reservar.

Relleno:

Mezcla en un bol la ricota, el pan rallado, la cebolla picada, el huevo, el perejil picado y las aceitunas verdes descaroizadas y cortadas en arandelas. Salpimentar a gusto.

Envolvemos y atamos la carne para que no pierda la forma. Cocinar en una asadera con un fondo de caldo de carne durante 1 hora más o menos a 180 Grados ..

Para la ensalada Light:

Limpia el apio y cortarlo en rodajas o Juliana (al gusto) Colocar en un bowl con las manzanas cortadas en cubos pequeños, el jugo colado de limón, el yogurt descremado y las nueces picadas. Salpimentar y mezclar.



C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona
Teléfono 93 349.10.19

DONUTS VILAFORFUNDY

Ingredientes:

- 2 huevos
- 300 ml de leche
- 30 g levadura Panadería
- 2 Cucharadas de Mantequilla
- 2 Cucharadas de Azúcar
- 1 Pizca de Sal
- Ralladura de naranja (opcional)

Para la Glasa

- 2 Cucharadas de Mantequilla
- 6 Cucharadas azúcar lustre
- 3 Cucharadas de agua

Elaboración

Diluir la levadura en un poco de leche templada después añadirlo con el resto de la leche, la mantequilla derretida, los huevos, sal y añadir la harina ,amasar bien bastante tiempo y reposamos 20 minutos cuando haya subido volver a amasar ,estirar hasta Obtener 1.5 Cm de grosor, cortar con una tapa de colacao o un vaso grande y en el centro con la tapa de una botella de aguasiempre enharinada la mesa para que no se pegue y colocar los donuts encima de papel de horno dejar reposar 15 o 20 minutos para que suban (podéis fermentar con el horno en temperatura bajita) y cuando hayan subido freír en aceite abundante y a temperatura media..Pintar con Glasa y dejar enfriar.