



La mejor formación
está en la calidad

ALCACHOFAS RELLENAS DE LANGOSTINOS GRATINADAS CON ALL I OLI DE MIEL

Ingredientes

- 4 alcachofas de tamaño grande
- 200gr de langostinos.
- 1 puerro.
- 100gr de champiñones.
- 1 cebolla roja.

Para el All i oli de miel

- 1 huevo.
- 2 dientes de ajo.
- 1 lima exprimida.
- 1 cucharada de miel.
- 50ml de aceite de girasol/ 50ml aceite de oliva.

Para el Jugo de langostinos.

- Cabezas de langostinos
- 2 tomates maduros.
- 1 cebolleta.
- 1 cucharada de brandy.

Elaboración

Limpiamos las alcachofas para rellenar, las escaldamos en agua con sal, hasta que estén un poco tiernas, reservamos. Pelamos los langostinos y reservamos sus cabezas y colas, los picamos en brunoise y reservamos. En una sotè rehogamos la cebolla y el puerro en brunoise, cuando estén seguimos con los champiñones en brunoise, dejamos que pierdan bien su agua y rectificamos de sabor, una vez todo bien rehogado juntamos a los langostinos cortados crudos. Rellenamos las alcachofas con la preparación, reservamos en frío.

Para el All i oli de miel

Integramos todos los ingredientes menos el aceite, pasamos por turmix y acabamos emulsionando poco a poco con el aceite de oliva.

Para el Jugo de langostinos.

Doramos las cabezas en un cazo, añadimos la cebolla cortada en brunoise y damos un rehogado suave, añadimos el tomate triturado sin piel ni pepitas, cocinamos hasta que haya perdido todo el agua, alargaremos con el brandy, dejando que evapore, tiramos sal y cubrimos con agua, cocinaremos suave unos 35 min aprox, dejaremos reducir y colaremos.

Acabado.

Pondremos las alcachofas al horno cubiertas de all y oli, a 200º cocinaremos hasta gratinar. Las salsearemos con el jugo de langostinos en el plato.



La mejor formación
está en la calidad

BROCHETAS DE RAPE Y MANZANA MARINADOS CON CHUTNEY DE TOMATE

Ingredientes

- 2 colas de rape.
- 1 manzana.
- Aceite de oliva.
- 1 cucharada de curcuma
- 1 cucharada de cilantro.
- 1 cucharada de curry.
- Sal y pimienta.
- 1 lima exprimida.

Para el Chutney

- 400gr de tomates maduros
- 20gr de jengibre fresco
- 50gr de vinagre de sidra.
- 40gr de azúcar moreno.
- 1 cucharada de cilantro en polvo
- 1 cucharada de mostaza.
- Pizca de chile en polvo.
- 1 cebolla roja.
- Cilantro fresco.

Elaboración

Desespina el rape y cortamos en tamaño brocheta, pelamos la manzana y cortamos en trozos similares al rape. Ponemos a marinar el rape y la manzana en un bol con el resto de ingredientes hasta último momento. Aprox 30 min.

Para el Chutney

En sotè con aceite, rehogamos el jengibre cortado en ciseler, seguimos con la cebolla en brunoise, le damos unos 15 min, continuamos con el tomate sin piel ni pepitas en brunoise unos minutos mas y seguimos con el resto de ingredientes, dejamos reducir a fuego suave hasta que adquiera textura de mermelada. Reservar a temperatura ambiente.

Acabado

Montamos las brochetas intercalando el rape y la manzana, las marcamos a la plancha a fuego medio/alto, hasta que este cocinado el rape, unos minutos por cada lado.

Pondremos en la base un poco de chutney y encima colocaremos las brochetas.



La mejor formación
está en la calidad

CREPE RELLENA DE HELADO DE MASCARPONE Y SOPA DE CHOCOLATE

Ingredientes

- 50 g de mantequilla
- 2 huevos + 2 yemas
- 100 g de harina tamizada
- 25 cl. de leche
- 3 cl. de agua
- Ralladura de 1 naranja
- 1 pizca de sal

Para la sopa

- 250 gr. de chocolate
- 200 gr. de nata
- 200 gr. de leche
- 200 gr. de azúcar
- Canela molida
- Baileys, cognac, ron al gusto

Para el Helado de Mascarpone

- 2 huevos
- 100 gr. de azúcar glas
- 250 gr. de queso mascarpone
- 100 ml nata líquida
- Azúcar de vainilla

Elaboración

Fundir los 50 g de mantequilla, batir los huevos y añadirlos a la harina, sal, mezclar.

Añadir la leche, el agua, la mantequilla, la ralladura. Integrar bien todos los ingredientes y reposar la mezcla 2 h. en el frigorífico.

Después del reposo conviene añadir unas gotas más de agua para estirar la mezcla.

Estiramos la masa muy finamente en una sartén antiadherente cocinamos 2 minutos por cada lado y reservamos

Para la sopa

Colocamos en un cazo la leche, la nata y el azúcar. Lo dejamos hasta que empiece a hervir. En este justo instante lo apartamos. El chocolate lo agregamos y lo removemos muy bien durante unos minutos.

Para el Helado de Mascarpone

Separar las yemas de las claras. En un bol añadimos las yemas y añadimos el azúcar glas, batir enérgicamente hasta estar cremoso. Incorporamos el mascarpone y la cucharada de azúcar de vainilla e integrar todo bien. Por último, añadir la nata montada, despacio y con movimientos envolventes para que no se bajen y pierda el aire que hemos integrado. Congelar y removemos cada 1/2 hora

Al pase

Rellenamos la crepe con helado de mascarpone y regamos con sopa de chocolate



La mejor formación
está en la calidad

NAAN CON POLLO Y QUESO

Ingredientes

- 390 gr de harina
- 5 gr de impulsor
- Pizca de sal
- 60 gr de yogur
- 40 gr de leche
- 150 ml de agua aprox
- 10 gr de azúcar
- 1 c de semillas de comino

Para el Relleno

- 100 gr de restos de queso
- 100 gr de restos de pollo
- 1 tomate rojo
- 1 cebolla tierna
- Manojos de Cilantro fresco
- 40 gr de mayonesa
- Sal y pimienta

Elaboración

Mezclaremos el agua, el yogur, la leche y el azúcar

Tamizaremos la harina con el impulsor

Mezclaremos ambas preparaciones y amasamos hasta obtener una masa lisa. Dejarnos reposar 10 min y volvemos a amasar.

Formar bolas de 30 gr y dejar fermentar 1 hora

Espolvoreamos con el comino molido y estirar en forma de hamburguesa. Cocer a la sartén con un poco de mantequilla unos 2 minutos.

Para el Relleno

Cortaremos el pollo en tiras finas y mezclamos con la cebolla ciselée, el tomate case, el cilantro y la mayonesa

Ajustamos de sazón.

Colocamos sobre el naan y horneamos 2 minutos



La mejor formación
está en la calidad

CONEJO CON HINOJO PIÑONES Y CANELA

Ingredientes

- 800 gr de conejo cortado en trozos
- 50 gr de panceta
- 4 tomates
- 2 cebollas
- 2 hinojos
- 2 hojas de laurel
- 2 ramas de canela
- 40 gr de piñones
- 200 ml de fondo de ave
- 40 ml de aceite
- Sal y pimenta

Elaboración

Cortaremos la panceta en dados y freímos a fuego fuerte con el aceite, el conejo el laurel y la canela unos 5 minutos.

Limpiamos el hinojo y cortamos en $\frac{1}{4}$ manteniendo la raíz para que no se rompan.

Reducimos fuego e introducimos la cebolla ciselée y salpimentamos. Dejamos cocer a fuego bajo unos 20 minutos.

Incorporamos el tomate TPM y alargamos cocción 10 minutos. Podemos recuperar el fondo con un poco de vino blanco y dejar reducir.

Freímos los piñones aparte 1 minuto y majamos a mano de mortero. Podemos añadir ajo frito a la picada si queremos.

Añadimos a la preparación y mojamamos con el fondo.

Llevamos a ebullición y reducimos fuego.

Dejar cocer tapado unos 30 minutos.

Ajustar de sazón y de consistencia



La mejor formación
está en la calidad

DONUTS DE CALABAZA

Ingredientes

- 60 ml de aceite de girasol
- 3 huevos
- 170 gr de azúcar
- 400 gr de calabaza
- 1 c de canela en polvo
- 10 gr de jengibre rallado
- 1 c.c. de nuez moscada
- Pizca de sal
- 15 gr de impulsor químico
- 220 gr de harina

Elaboración

Engrasar los moldes

Coceremos la calabaza con un poco de agua hasta que este tierna. Turmizar hasta obtener puré

Blanquear los huevos con el azúcar, añadir el aceite al hilo, el puré de calabaza, la sal y las especias.

Tamizaremos la harina con el impulsor y añadimos a la preparación anterior cortando.

Rellenar los moldes encamisados y hornear a 180 °C unos 15 minutos.

Sacar con cuidado de los moldes y espolvorear con una mezcla de azúcar y canela en polvo.

Dejar enfriar.



La mejor formación
está en la calidad

SALTEADO-VAPOR DE KALE, PUERRO Y WAKAME CON FILETES DE CABALLA EN ESCABECHE DE LIMÓN

Ingredientes

- *2 puñados de hojas de col verde rizada (kale)*
- *2 Puerros en rodajas de 2 cm*
- *3 c.s de alga wakame*
- *Aceite de oliva virgen*
- *Sal marina y vinagre de sidra*
- *2 caballas*
- *1 c.s de zumo de limón*
- *Hierbas frescas picadas (romero, perejil, cebollino)*
- *Aceite de oliva virgen*
- *Ajos negros laminados*
- *Ralladura de piel de limón*

Elaboración

Poner la caballa en una sartén con la piel hacia arriba. Medio cubrimos con aceite de oliva. Añadimos el zumo de limón.

Cocemos a fuego muy bajo para que vaya confitando, unos 3 min si son caballas pequeñas.

Procuramos que la temperatura del aceite no pase de 90°C.

Retiramos del fuego poner a punto de sal, retocamos de ácido con vinagre de manzana. Añadimos las hierbas picadas, los ajos negros laminados y la ralladura de limón.

Lavar y escurrir la hoja de col. Eliminar el tronco central y trocear con las manos en pedazos de 5 cm, procurando conservar la forma de abanico abierto.

Poner unas gotas de aceite en la sartén y calentar a fuego medio. Saltear los puerros con un poco de sal, moviendo constantemente con 2 cucharas de madera. Cuando estén tiernos añadimos la col y el alga escurrida. Salteamos 1 min más.

Añadimos ½ vaso de agua y tapar la sartén durante 2 o 3 min.

Fuera del fuego aliñar con aceite de oliva y vinagre de manzana.



La mejor formación
está en la calidad

LENTEJAS DE AÑO NUEVO

Ingredientes

- 200 gr. de lentejas
- 2 cebollas
- 3 Tomates
- 1 sepia
- 4 galeras
- 10 chirlas
- 1 l de fumet de pescado.
- 1 ajo
- Perejil, hoja de laurel, sal y pimienta

Elaboración

Salpimentamos las galeras y las marcamos por los dos lados en una sartén con aceite caliente. Las reservamos aparte y en el mismo aceite que se ha perfumado con los jugos de la galera preparamos un sofrito con la cebolla y el ajo picados y el tomate rallado. Cuando el sofrito esté concentrado le añadimos la sepia cortada a dados. Rehogamos 10 min. más y añadimos las lentejas, el laurel y el fumet. Cocemos hasta que las lentejas estén tiernas. Juntamos las galeras y las chirlas. Apagamos el fuego cuando las chirlas estén abiertas.



La mejor formación
está en la calidad

CREMOSO DE MANZANA Y PLATANO

Ingredientes

- *4 manzanas dulces*
- *1 Plátano*
- *250 gr de zumo de manzana o agua*
- *1 pizca de sal marina*
- *Vainilla*
- *2 gr o 5 ml de agar agar en polvo*
- *1c. de aceite de girasol*
- *1c.s. de zumo de limón y parte de piel rallada*

Para decorar

- *Fresas o pasas de corinto, frutos secos o coco rallado*

Elaboración

Elaborar una compota rápida co manzana laminada, plátano, agua o zumo y sal, hasta que las manzanas estén blandas, unos 10 min aprox.

Espolvorear el agar agar sobre la compota y cocer 3 min. Enfriar.

Añadir el aceite, el limón, la vainilla, coco rallado y triturar.

Servir en boles individuales y decorar con el toping preferido.

Guardar en la nevera



La mejor formación
está en la calidad

FRITATA DE VERDURAS

Ingredientes

- 8 huevos
- 120 ml de crema de leche
- 60 ml de leche
- 1 c.s. Cilantro fresco
- 1 c.c.de albahaca fresca
- Piza de sal y pimienta
- 1 pieza pequeña de brócoli
- 1 manojo d espinacas frescas
- 1 pimiento rojo pequeño
- 2 cebollas tiernas
- 100 gr de setas
- 150 gr de queso rallado

Elaboración

Engrasamos los moldes de muffins y refrigeramos

Escaldar el bróquil cortado en ramilletes 2 minutos en agua salada hirviendo y las hojas de espinaca 1 minutos.

Parar cocción y reservar

Cortar la cebolla en ciselée y el pimiento rojo en brunoise.

Mezclar todas las verduras con las hierbas aromáticas picadas.

Batir los huevos hasta que espumen e incorporar la nata y la leche e incorporar las verduras, salpimentar. Agregar la mitad del queso.

Colocar en los moldes, filetear los champiñones y colocar encima acabando con un poco más de queso.

Hornear unos 18 a 20 minutos a 180 °C

Retirar del molde con cuidado y servir calientes o frías.



La mejor formación
está en la calidad

PARATHIS DE SALMON Y YOGUR

Ingredientes

- 3 patatas
- 1 c..de garam masala
- Pizca de comino
- 2 c.s.de cilantro molido
- Sal y pimienta
- 225 gr de harina
- Pizca de sal
- 2 c.s.de aceite
- Agua la necesaria

Para el Relleno

- Salmón fresco
- Yogurt
- Cilantro
- Azumo de limón
- Rábano
- Rucola

Elaboración

Cocemos las patatas de la manera habitual, paramos cocción
Pelamos y chafamos hasta obtener un puré fino.
Agregar las especias y las hierbas aromáticas picadas. Reservar

Tamizar la harina con la sal.
Añadir unos 50 ml de aceite agregar el agua hasta obtener una masa lisa y blanda
Dejar reposar unos 20 minutos.

Pasado este tiempo, estiramos con rodillo y cortamos en aros de 8 cm
Rallamos con un poco de puré y colocamos otra placa encima, cerramos con ayuda de los dedos. Volvemos a pasar el rodillo por encima hasta obtener un disco de unos 12 cm. Nos ayudaremos de un poco de harina para que no se nos peguen.
Asaremos a la plancha un poco aceitados unos 2 minutos por lado.
Colocamos en plato de servicio decorando con el salmón

Para el Relleno

Cortaremos el salmón en macedonia y añadimos con el resto de ingredientes picados.
Añadimos el zumo de limón colado y el yogur. Mezclamos con cuidado y ajustamos de sazón.
Decorar con unas hojas verdes



La mejor formación
está en la calidad

TARTA DE CACAO Y REMOLACHA

Ingredientes

- *100 ml de almíbar TPT*
- *250 gr de remolacha*
- *100 gr de cobertura de chocolate*
- *1 c.s.de café descafeinado soluble*
- *100 gr de mantequilla*
- *3 huevos*
- *100 gr de azúcar*
- *70 gr de harina*
- *5 gr de impulsor*
- *20 gr de cacao*

Elaboración

Turmizar el almíbar con la remolacha y colocar en la base del molde de cocción

Troceamos y derretimos el chocolate al baño maria, agregamos el café y la mantequilla troceada y mezclamos hasta homogeneizar.

Declaramos los huevos y batimos las yemas ligeramente e incorporamos a la preparación anterior una vez fuera del fuego.

Montamos las claras e incorporamos cortando.

Por último tamizamos la harina, el impulsor y el cacao e incorporamos cortando con movimientos envolventes.

Colocar sobre la remolacha y hornear a 180 °C unos 20 a 25 minutos.



La mejor formación
está en la calidad

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.



La mejor formación
está en la calidad

CANELONES FÁCILES DE CONFIT DE PATO

Ingredientes

- *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*

Para la 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

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.

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

Para la 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.



La mejor formación
está en la calidad

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*

Para el 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.



La mejor formación
está en la calidad

GRATÉN DE ESPÁRRAGOS BLANCOS O PUERROS EN SALSA LIGERA DE MOSTAZA

Ingredientes

- *3 espárragos blancos o 3 trozos de puerro por persona*
- *Sal y pimienta*
- *Aceite de oliva*
- *C/S de xantana*
- *Brotos verdes*

Para la Salsa

- *300 gr de leche entera*
- *15 - 20 gr de harina*
- *30 de mantequilla*
- *½ cebolla de Figueras*
- *C/S de mostaza de Dijon*
- *Sal y pimienta blanca*

Elaboración

Condimentar los espárragos, llevar a bolsa de vacío, añadir un poco de aceite de oliva, sal y pimienta, sellar la bolsa y cocinar durante 5 minutos a 65°.

Si fuesen puerros los pelamos, lavamos y cortamos a 5 cm aproximadamente, llevar a bolsa de vacío, condimentar y añadir aceite de oliva, sellar la bolsa y cocinar los puerros durante 1h 20 a 70°C.

Para la Salsa

Elaborar una bechamel blanca ligera, que no sea demasiado densa, añadir la C/S de mostaza de Dijon, mezclar bien y condimentar. Utilizar pimentón dulce y otras especias para decorar la bechamel por encima una vez en el plato.

Sacar puerros de la bolsa y disponer 3 unidades sobre plato de presentación, cubrir con salsa de mostaza, decorar con las especias y con los brotes verdes.



La mejor formación
está en la calidad

TORRONADA DE GARBANZOS CON QUESO PROVOLONE, PIMIENTO DEL PIQUILLO, ESPINACAS, HUEVO DURO Y BACALAO

Ingredientes

- 250 gr. de garbanzos precocinados
- Caldo de ave o de verduras
- 4 pimientos del piquillo
- 200 gr. de espinacas
- Uvas pasas tintes y blancas grandes
- 1 huevo duro
- C/S de queso Provolone
- 1 lomo de bacalao al punto de sal
- Perejil
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta

Elaboración

Poner las pasas a hidratar en licor de moscatel o similar, también se puede intentar llevar las pasas a bolsa de vacío con un poco de licor de moscatel haciendo corte. Reservar.

Pasar los garbanzos por un poco de caldo en una sartén para acondicionar su sabor, retirar, llevar a un bol y chafar bien, condimentar y reservar.

Hervir el huevo durante 11 minutos, reservar.

Confitar el bacalao al punto de sal en aceite de girasol durante 6 u 8 minutos acompañado de 2 d. de ajo ecrasé, una rama de tomillo y granos de pimienta, escurrir y reservar.

Mezclar ingredientes, excepto las uvas pasas y una parte de los pimientos del piquillo y del huevo duro, con los garbanzos reservados en el bol, condimentar, llevar a sartén, añadir una porción de queso provolone y cocinar en aceite de oliva dándole la forma deseada.

Presentar la torronada en el plato con las pasas colocadas de manera atractiva y espolvoreada con perejil picado.



La mejor formación
está en la calidad

TARTA DE QUESO Y YOGUR CON MERMELADA DE MELOCOTÓN

Ingredientes

Para la Base

- 200 gr. de cereales crujientes
- 30 gr. de almendra en polvo
- C/S de azúcar
- Mantequilla

Para el Relleno

- Queso Philadelphia
- 2 yogures griegos
- Azúcar
- Gelatina

Para la Gelatina

- 4 hojas de gelatina
- Agua fría
- 100 gr. de crema de leche

Elaboración

Realizaremos la base triturando bien fino los ingredientes secos de la base de la tarta, mezclar y añadir la mantequilla troceada, amasar en arenado y ligar una base ligeramente compacta. Colocar en la base del molde de la tarta. Reservar en nevera para que tome cuerpo.

Seguimos con el relleno dejando enfriar la gelatina, añadir al queso Philadelphia, mezclar bien procurando obtener una preparación homogénea, añadir C/S de yogur y mezclar, verter sobre la base de la tarta y dejar reposar en nevera.

Para la Gelatina

Remojar la gelatina en agua fría durante 5 minutos, escurrir y llevar a un cazo con la crema de leche, calentar hasta que se diluya la gelatina.

Una vez tome cuerpo la preparación, cubrir con mermelada de melocotón o similar en una capa del grueso deseado.



La mejor formación
está en la calidad

CROQUETAS DE CARN D'OLLA O RUSTIDO DE NAVIDAD

Ingredientes

- *1l de leche entera*
- *100 g mantequilla*
- *100g de harina*
- *2 cebollas*
- *Pan rallado*
- *2huevos*
- *Sobras del rostido o carnes del caldo*

Elaboración

Sofreir la cebolla, añadir las carnes limpias de huesos y cortada a trozos pequeños, verter la harina y cocerla bien , introducir la leche lentamente hasta obtener la masa .

Enfriar y darle forma, empanamos con el huevo y pan rallado.



La mejor formación
está en la calidad

MUSAKA DE VERDURAS Y SALSAS DE TOMATE

Ingredientes

- 2 cebollas
- 2 dientes de ajo
- 1 calabacín
- 2 zanahorias
- 3/4 berenjenas grandes
- 1 Pimiento rojo y verde
- 1kg tomates
- 1 bandeja champiñones
- 1 vaso vino blanco o caldo de verduras
- Queso feta
- Aceite de oliva

Elaboración

Cortar en rodajas las berenjenas no muy finas, extendemos en una fuente y salamos dejamos 30 min y las lavamos con abundante agua y secamos con papel absorbente para quitar amargor
Freír y reservar.

Mientras hacemos un sofrito con todas las verduras cortadas en dados muy pequeños, finalmente añadimos los champiñones
Escaldar y pelar los tomates para hacer una salsa de tomate casera
Montaremos la musaka haciendo capas y horneamos.



La mejor formación
está en la calidad

PUDING DE TURRON Y ROSCON DE REYES

Ingredientes

- *1l de leche*
- *6 huevos*
- *100 g de azúcar*
- *Restos de turrón y roscón de reyes*
- *Caramelo líquido*

Elaboración

Poner en remojo el bizcocho con la leche, agregar los huevos y el turrón
Poner azúcar líquido en el molde y rellenar
Hornear al baño maría 30 o 35 min a 180grados



La mejor formación
está en la calidad

ALCACHOFAS RELLENAS CON ROMESCO

Ingredientes

- 12 alcachofas.
- 1 limón.
- 2 zanahorias.
- 1 calabacín.
- 1 pimiento rojo.
- 1 cebolla.
- 1 c.s. de harina.
- 60 ml. de leche.
- 3 tomates.
- 1 cabeza de ajos.
- 80 g. de almendras.
- 10 g. de pulpa de ñora.
- 1 rebanada de pan.
- 250 ml. de aceite.
- 100 ml. de vinagre de manzana.
- 1 c.c. de pimentón.
- 1 guindilla cayena.
- Sal.
- Pimienta.

Elaboración

Limpiar las alcachofas, vaciarlas y hervirlas con el zumo de limón y la sal hasta que estén tiernas.

Cortar las zanahorias, el calabacín, el pimiento rojo y la cebolla en brunoise. Saltear las verduras por separado, salpimentar y juntarlas cuando estén cocinadas.

Volver al fuego y añadirle la harina. Cocinar durante un par de minutos e incorporar la leche. Rellenar las alcachofas.

Envolver los tomates y la cabeza de ajos en papel de plata y escalibarlos durante 10-15 minutos a 200°C. Limpiarlos y reservar.

Tostar las almendras peladas y la rebanada de pan.

Triturar los tomates con los ajos, las almendras, el pan, la pulpa de las ñoras, el aceite, el vinagre, el pimentón y la cayena.

Ajustar de sal y pimienta y servir con las alcachofas



La mejor formación
está en la calidad

PAPILLOTE DE DORADA CON SHITAKE Y SAKE

Ingredientes

- 2 doradas de 400 gr
- 100 gr de shitake frescos
- 3 cebollas tiernas
- 3 pimientos verdes italianos
- 200 gr de arroz basmati
- 2 dl de sake
- 1 dl de salsa de soja
- 80 gr de mantequilla

Elaboración

Filetear las doradas y reservar.

Cortar la cebolla el shitake y el pimiento verde a juliana fina.

Hervir el arroz con un ajo sal y laurel. Escurrir y enfriar con agua.

Encima de una hoja de papel de horno poner un poco de arroz cocido encima poner el filete de dorada. Cubrir con las verduras cortadas a juliana y regar con el sake. Poner un poco de mantequilla cerrar el papillote y cocer al vapor 10 min.

Abrir el papillote y aliñar con un chorrito de salsa de soja antes de servir.



La mejor formación
está en la calidad

CRUMBLE DE BIZCOCHO, PERAS AL VINO Y MOUSSE DE CHOCOLATE

Ingredientes

Para la pera

- 2 peras conference
- Rama de canela, piel de naranja y limón
- 1/4 l. de vino tinto
- 100 gr. de azúcar

Para la mousse

- 100 gr. de cobertura de chocolate
- 100 gr. de clara de huevo

Para el crumble

- 20 gr. de mantequilla
- 100 gr. de restos de bizcocho
- 40 gr. de azúcar moreno
- canela en polvo y vainilla

Elaboración

Para la pera

Preparamos un almibar con el vino, el azúcar y los aromas. Cuando esté caliente añadimos las peras peladas, descorazonadas y partidas por la mitad.

Mantenemos a cocción suave unos 20 minutos. Parar cocción y dejar reposar en frío toda la noche. Retirar del almibar y cortar en macedonia.

Para la mousse

Fundir el chocolate al baño maría a 45 °C. Montar las claras no muy rígidas e incorporar al chocolate todavía caliente en 3 partes.

Colocar en manga pastelera y estabilizar en frío.

Cubrir el chupito con el chocolate y servir.

Para el crumble

Fundimos la mantequilla y añadimos el bizcocho roto en migas. Moveremos unos 5 minutos hasta que haya perdido la humedad y añadimos el azúcar y los aromas. Mantener a fuego suave hasta que el azúcar funda y colocar en el vaso



La mejor formación
está en la calidad

BRANDADA DE BACALAO CON MERMELADA DE TOMATE Y ACEITE DE ALBAHACA

Ingredientes

- 2 lomos de bacalao fresco
- 2 dientes de ajo
- Aceite de oliva
- Sal/pimienta

Para la Guarnición

- 2 tacos de bacalao (anterior)
- Aceite de oliva.
- Ajos/hierbas aromáticas.

Para la Mermelada de tomate

- 250gr de tomate maduro.
- 2 chalotas.
- Zumo de 1 lima.
- 1 cuchara grande de azúcar moreno
- Aceite de oliva.
- 50gr de agua.
- Sal/pimienta.

Para el aceite de albahaca.

- 30gr de albahaca fresca.
- 50gr de aceite de oliva suave.

Elaboración

Le quitaremos la piel y las espinas al bacalao. Reservaremos 2 tacos para guarnición.

Comenzaremos haciendo la brandada poniendo en un cazo cantidad suficiente de aceite de oliva, doramos ligeramente los ajos laminados, después añadimos bacalao desmenuzado y le damos 2 minutos removiendo, seguidamente lo pasaremos por turmix hasta obtener una pasta, emulsionaremos con el aceite de oliva tirando en forma de hilo hasta que nos quede una textura sedosa.

Para la Mermelada de tomate

Pocharemos en una sotè las chalotas en brunoise, le daremos 5 min, tiraremos el tomate sin piel ni pepitas y en brunoise, lo dejamos rehogar 10 min mas, añadiremos el resto de ingredientes y dejamos cocinar hasta que nos quede concentrado, textura mermelada.

Para el aceite de albahaca.

Escaldaremos la albahaca 10seg en agua con sal, enfriaremos en agua y hielo, lo secaremos bien y juntaremos con el aceite de oliva trituraremos bien hasta obtener un aceite verde, colar fino si fuese necesario.

Para la Guarnición

Pondremos un cazo pequeño con aceite hierbas aromáticas y ajos, lo calentaremos ligeramente añadiremos el bacalao y retiraremos del fuego le daremos 10miIn

En aro de emplatar pondremos base de brandada una capa de mermelada, 2 tacos de bacalao confitado y decoraremos con el aceite de albahaca.



La mejor formación
está en la calidad

ALBONDIGAS DE SALMON CON CREMA DE GUISANTES A LA MENTA Y WASABI

Ingredientes

- 200gr de salmón fresco
- 100gr de salmón ahumado.
- 50 gr de pan rallado
- 1 huevo.
- Zumo de lima
- Eneldo fresco.

Para la Crema de guisantes.

- 200gr de guisantes.
- 1 cebolla roja.
- 200gr de caldo de ave.
- Pieles del salmón
- 100gr de menta fresca.
- Wasabi en pasta.
- Goma xantana(opcional)

Para los Guisantes salteados.

- 50gr de guisantes.
- Mantequilla./aceite de oliva.
- Romero fresco.

Elaboración

Retiramos la piel y espinas al salmón fresco, lo picamos fino junto al salmón ahumado, los mezclamos en un bol junto al resto de ingredientes lo reservaremos en frio, en el último momento haremos bolas, enharinaremos y freiremos 2 min. Reservaremos.

Para la Crema de guisantes.

Rehogaremos en una sotè la cebolla brunoise, cuando este añadiremos los guisantes, el caldo de ave y las pieles del salmón, cuando este el guisante tierno, retiraremos las pieles y añadiremos la menta y la pasta de wasabi (al gusto) trituramos, rectificar de sabor y espesar con xantana si fuese necesario

Para los Guisantes salteados.

Saltear en un wok con una pizca de aceite y mantequilla, los guisantes, junto al romero fresco. Reservar.

Montaje.

Pondremos en la base del plato la crema de guisantes, una capa de guisantes encima y acabaremos con las albóndigas dando altura. Decoraremos con eneldo picado.



La mejor formación
está en la calidad

PUDDING DE MANZANA, CREMOSO DE CHOCOLATE Y CRUJIENTE DE ALMENDRA

Ingredientes

- 250gr de manzana ya pelada y cortada.
- 85gr de nata
- 160gr de azúcar
- 20gr de coñac.
- Brioche seco.
- 7 huevos
- Canela

Para el Cremoso de chocolate

- 150gr de chocolate negro.
- 125gr de leche
- 125gr de nata.
- 3 yemas de huevo.
- 30gr de azúcar

Para el Crujiente de almendra

- 25gr de clara de huevo
- 25gr de harina.
- 25gr de azúcar lustre
- 25gr de almendra granillo

Elaboración

Cocinar los trozos de manzana con el azúcar y la canela, cuando esté blanda añadir el coñac y dejar que reduzca, por otra parte batir los huevos con varillas y mezclar con la nata, juntar las dos elaboraciones y rellenar flaneras, introducimos en cada una trozos de brioche seco. Dejamos que empapen unos 10 min y horneamos al baño maria a 160°.

Para el Cremoso de chocolate

Realizar una crema inglesa montando las yemas con el azúcar, hasta triplicar, calentar la nata y la leche hasta ebullición, mezclar batiendo las dos elaboraciones (verteremos la leche y la nata en forma de hilo a las yemas). A su vez fundir el chocolate al baño maria y mezclar con lengua a la natilla anterior, dejar reposar en frío.

Para el Crujiente de almendra

Mezclar los sólidos y luego incorporar las claras un poco batidas, mezclar bien y porcionaremos encima de un papel de horno, coceremos a 160° unos 5 min

Pondremos un flan de pudding, encima una quenelle de cremoso y clavaremos un trozo de crujiente.



La mejor formación
está en la calidad

BUÑUELOS DE SALMON

Ingredientes

- 250 gr de salmón fresco
- 100 gr de salmón ahumado
- 50 ml de agua
- 20 gr de cilantro fresco
- Pizca de sal
- 50 gr de pimienta roja
- 50 gr de pimienta verde
- 1 cebolla tierna

Para la crema agria

- 100 ml de crema de leche
- Zumo de ½ limón
- Sal y pimienta
- 20 gr de cilantro fresco

Para el dukkah

- 60 gr de frutos secos
- 30 gr de semillas de sésamo
- Pizca de comino
- 10 gr de semillas de cilantro
- Pizca de tomillo fresco
- Sal y pimienta

Elaboración

Limpiaremos el salmón de piel y espinas y trituramos. Añadimos el salvado, el agua, el cilantro picado y la sal, seguimos triturando hasta obtener una pasta

Añadimos el salmón en juliana y las verduras en brunoise. Mezclamos haciendo bolas de 2 cm de diámetro.

Pasamos por harina y freímos.

Acompañamos de la crema agria y el dukkah

Para la crema agria

Llevamos ebullición la nata, retirarnos del fuego y acidulamos con el limón. Sazonamos de sal y pimienta y dejamos enfriar.

Elaboración dukkah

Tapamos todos los ingredientes en una sartén unos 3 minutos y pasamos a mano de mortero. Ajustar de sazón



La mejor formación
está en la calidad

CABALLA CON HINOJO, ALCAPARRAS Y PEPINILLOS

Ingredientes

- 4 lomos de caballa
- Sal y azúcar
- 20 gr de alcaparras
- 20 gr de pepinillos
- 20 gr de aceitunas verdes
- 100 ml de aceite de oliva
- 30 gr de vinagre de vino
- 20 gr de eneldo picado
- 20 gr de perejil

Para el hinojo

- 2 piezas de hinojo
- 2 litros de caldo de verduras
- 40 gr de azúcar
- 100 gr de nueces
- Piel de limón

Elaboración

Limpiamos la caballa de espinas y dejamos unos 30 minutos en sal y azúcar.

Pasamos por agua, secamos bien y reservamos hasta pase

Cortamos los encurtidos en brunoise y batimos el aceite y el vinagre. Añadimos los encurtidos y reservamos hasta pase.

Para el hinojo

Limpiamos el hinojo y partimos por la mitad. Cocemos dentro del caldo de verduras unos 20 minutos.

Paramos cocción espolvoreamos con azúcar y marcamos en una sartén con un poco de aceite hasta que caramelize.

Retiramos del fuego y dejamos enfriar.

Al pase

Enharinamos la caballa y freímos un par de minutos.

Disponemos encima del hinojo y salseamos con la vinagreta emulsionada.

Decorar con unas nueces salteadas y la ralladura de limón.



TARTA DE TURRON Y NARANJA

Ingredientes

Para la masa sucrée

- 220 gr harina
- 135 gr de mantequilla
- 50 gr de azúcar
- 45 gr de almendra
- 1 huevo
- Pizca de vainilla

Para la crema de naranja y turrón

- 50 gr de azúcar
- 75 gr de mantequilla
- 100 gr de turrón
- Piel de 1 naranja
- 100 ml de zumo de naranja
- 2 huevos

Para la crema de naranja

- 1 huevo
- 1 yema de huevo
- 85 gr de azúcar
- 5 gr de maicena
- Piel de naranja
- 90 ml de zumo de naranja
- 85 gr de mantequilla

Elaboración

Para la masa sucrée

Tamizar la harina y mezclar con la almendra molida, el azúcar y la vainilla. Arenar con la mantequilla fría y agregar el huevo batido.

Amasar solo lo necesario hasta obtener una masa homogénea. Estirar y formar el molde.

Hornear en blanco unos 10 minutos a 160 °C.

Para la crema de naranja y turrón

Turmizamos la mantequilla, ablandada con el azúcar y el turrón.

Añadimos ralladura de ½ naranja, los huevos batidos y el zumo de naranja.

Verteremos el relleno sobre la masa cocida en blanco. Horneamos unos 20 minutos.

Para la crema de naranja

Pondremos el azúcar, la maicena, el huevo y la yema de huevo en un reductora y cocemos removiendo continuamente a fuego bajo añadiendo el zumo de naranja y la ralladura. Cuando la crema hierva, retiramos del fuego, dejamos entibiar y añadimos la mantequilla pomada.

Una vez fría la tarta, cubrir con la crema tibia, estirar y dejar enfriar unas dos horas.



APERITIVOS MARINEROS

Ingredientes

Para el Suquet algas, berberechos y perlas de patata

- 4 Patatas monalisa
- 500 gr de berberechos
- 2 c.s. de alga dulce, wacame, kombu.
- 3 ajos
- Perejil
- Aceite de oliva
- Sal

Para el Tartar de rabanitos con caballa ahumada

- 1 filete de caballa ahumada
- 2 manojos de rabanitos
- 1 clara de huevo duro
- 3 c.s de créeme fraiche
- 1 c.s de cebolla tierna picada
- 1c.s de alcaparras picadas
- Tortitas de maíz inflado pequeñas o pan tostado

Elaboración

Para el Suquet algas, berberechos y perlas de patata

Machacamos los ajos en el mortero con un poco de sal. Cuando tengamos una pasta de ajos bien fina empezamos a añadir aceite a chorrito mientras removemos con la otra mano hasta conseguir emulsionar un alioli.

Con un bolero pequeño sacar bolitas de patata.

Ponerlas en una olla junto con las algas y agua que las cubra. Cocer a fuego suave 10 min. Añadir 2 c.s de alioli y 2 c.s de perejil picado. Añadir los berberechos y tapar la cazuela. Pasados 2 min comprobamos si los berberechos están abiertos. Servir en bol transparente.

Para el Tartar de rabanitos con caballa ahumada

Pelar los rabanitos y cortarlos a daditos mini 3 mm de lado.

Añadir todo picado la clara de huevo duro, la cebolla tierna y las alcaparras.

Sacar los filetes y las espinas de la caballa. Aprovechamos todos los retales de ventresca para el tartar. Guardamos los filetes para otra ocasión.

Agregamos la créeme fraiche y la caballa al tartar. Removemos y acompañamos con tortitas o pan tostado.



La mejor formación
está en la calidad

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
- 70 gr. de aceite
- 70 gr. de leche
- Una pizca de sal y 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.



La mejor formación
está en la calidad

VOLCAN DE MANZANA CON SALSA DE HINOJO Y HELADO DE YOGUR

Ingredientes

- 6 manzanas grandes
- 1 l de zumo de manzana
- 1c.s de semillas de hinojo
- 4 c.s de kuzu

Para el Helado de yogur

- 400 gr de yogur griego
- 50 gr de procrema Sosa
- 300 nata líquida
- 2 c.s de yopol Esencia de yogur en polvo

Elaboración

Pelamos la manzana y la cortamos por el ecuador. Sacamos el corazón y disponemos en una bandeja.

Cocemos al horno hasta que estén tiernas.

Molemos las semillas de hinojo y las incorporamos al zumo de manzana junto con el kuzu en un cazo. Calentamos al fuego removiendo hasta que el kuzu ligue un poco la salsa.

Para el Helado de yogur

Batimos todos los ingredientes hasta que quede una textura lisa.

Pasamos por la heladora. Conservamos en el congelador hasta el pase

Al pase

Ponemos la rodaja de manzana en un plato rellenamos el agujero con salsa de hinojo y cubrimos con helado yogur. Podemos espolvorear frutos secos.



La mejor formación
está en la calidad

PASTELES DE BONIATO, PATATA Y CEBOLLA CARMELIZADA

Ingredientes

- *¼ kg de boniato*
- *¼ kg de patata*
- *150 gr de harina de garbanzo*
- *80 ml de aceite de oliva*
- *2 cebollas*
- *Pizca de comino*
- *Pizca de semillas de cilantro*
- *1 c.s.de tomillo fresco*
- *15 gr de levadura*
- *Pizca de sal*
- *50 gr de nueces*
- *1 c.s.de semillas de amapola*

Elaboración

Limpiaremos los boniatos y las patatas y herviremos en agua con sal hasta que esté tierno.
Paramos cocción, pelamos y troceamos

Cortamos la cebolla en juliana y sofreímos con sal 25 minutos. Tostamos las especias, majamos en el mortero y añadimos en el tramo final de cocción a la cebolla.

Chafamos el boniato, añadimos la harina de garbanzos, la sal, pimienta y la levadura.
Añadimos el aceite y la cebolla caramelizada. Mezclamos y colocamos en moldes de muffins.

Acabar de decorar con unas nueces troceadas y semillas de amapola

Hornear a unos 200 °C unos 25 minutos.

Retirar y dejar entibiar.



La mejor formación
está en la calidad

HAMBURGUESA DE PESCADO Y CANGREJO

Ingredientes

- 400 gr de pescado blanco
- 200 gr de palitos de cangrejo
- 2 c.s.de mayonesa
- 20 gr de perejil picado
- 1 c de mostaza de Dijon
- Ralladura de ½ limón
- 100 gr de miga de pan
- 25 gr de mantequilla o aceite para marcar

Para el Escabeche de alcachofas

- 2 alcachofas
- 30 ml de zumo de limón
- 60 ml de aceite de oliva
- Sal y pimienta

Elaboración

Limpiamos el pescado de piel y espinas y trituramos con los palitos de cangrejo. Añadimos la mayonesa, la mostaza y la ralladura de limón. Mezclamos el conjunto. Añadimos el pan desmigado y amasamos. Ajustar de sazón.

Damos forma de hamburguesa y dejamos refrigerar unas 2 horas.

Al pase marcamos con un poco de aceite un par de minutos por lado.

Para el Escabeche de alcachofas

Pelamos las alcachofas hasta obtener el corazón

Laminamos o cortamos en octavos.

Freímos en aceite hasta que estén doradas y retiramos.

Añadimos el aceite de oliva, el limón y salpimentamos.

Dejamos reposar unas 4 horas.

Montaje

Servir la hamburguesa con pan, el escabeche de alcachofas y unas hojas de Rucola.



La mejor formación
está en la calidad

TORTILLA ALASKA CON TURRON Y FRUTAS ROJAS

Ingredientes

- *6 claras de huevo*
- *250 gr de azúcar lustre*
- *80 gr de frutas rojas*
- *8 bizcochuelos o brioche*
- *80 gr de turrón*
- *100 ml de licor de naranja*
- *60 gr de almendras laminadas caramelizas*

Elaboración

Montar las claras con el azúcar hasta obtener picos duros.

Colocar en manga con boquilla rizada

En el plato de servicio colocar una base de bizcochos mojados en un poco de cointreau

Colocar los frutos rojos y el turrón troceado

Cubrir decorando con el merengue

Espolvorear con un poco de azúcar y colocar en el horno con grill 2 a3 minutos

Retirar y espolvorear con almendras tostadas y licor de naranja flameando.



PIMIENTOS RELLENOS DE BRANDADA

Ingredientes

- 30 pimientos del piquillo para rellenar
- 500 g de bacalao desalado en 2 lomos gruesos
- 700 g de patatas medianas
- 1 ramillete de perejil fresco
- 5 dientes de ajo picados
- Aceite de oliva
- 1 cucharada de tomate concentrado
- 1 cucharada de mahonesa
- 1 pizca de vinagre de sidra
- 1 pizca de tabasco
- 1 pizca de pimentón de la Vera picante
- 1 puñado de hojas de perejil limpias
- 1 chalota
- Sal y pimienta

Elaboración

Pelar, trocear las patatas y cubrirlas de agua, salar y cocer a fuego suave 25 minutos.

Meter los lomos de bacalao en el microondas, 5 mn. a máxima potencia.

Picar el perejil

Triturar 10 piquillos junto con tomate concentrado, mahonesa, pimentón, el vinagre, tabasco al gusto, aceite de oliva y sal.

En una olla añadir aceite, los ajos, perejil, rehogar sin que coja color a fuego suave, añadir el bacalao desmenuzado, las pieles y pimienta.

Con un machacador triturar las patatas y añadirlas al bacalao.

Fuera del fuego rectificar la sazón, añadir perejil picado y aceite de oliva crudo.

Rellenar con esta brandada los 20 pimientos del piquillo ayudados de una manga.

Aliñar unas hojas de perejil, chalotas en tiras, salpimienta y colocar sobre los pimientos.



La mejor formación
está en la calidad

CROQUETONES DE PESCADO EN ENSALADA CON CREMA DE AJO Y CILANTRO

Ingredientes

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

Para la salsa

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

Elaboración

Limpiar el pescado de pieles y espinas, desmenuzar y triturar.

Añadir el resto de los ingredientes y amasar 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.

Para la 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 aliñado con la salsa de ajo.



La mejor formación
está en la calidad

TRUFAS DE BIZCOCHO, POLVORONES Y CHOCOLATE

Ingredientes

- *100 gr. de bizcocho*
- *100 gr. de polvorones*
- *150 gr. de cobertura de chocolate*
- *100 ml. de nata líquida*
- *60 gr. de glucosa o miel*
- *Virutas de chocolate*
- *cacao en polvo para rebozar*

Elaboración

Llevaremos a ebullición la nata con la glucosa o la miel.

Trocearemos en un bol el bizcocho y los polvorones junto con la cobertura. Añadiremos la crema de leche. Mezclaremos hasta obtener una masa homogénea.

Enfriaremos y colocaremos la preparación en una manga pastelera. Escudillar.

Haremos pequeñas bolas que volveremos a enfriar.

Rebozaremos con el cacao en polvo o viruta de chocolate. Mantendremos en frío hasta el momento de servir.



La mejor formación
está en la calidad

PASTEL GLASEADO DE VERDURAS VARIADAS CON SU ENSALADITA DE MEZCLUM

Ingredientes

- 1 cebolla de Figueras
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 1 calabacín
- 1 berenjena
- 6 champiñones
- 2 zanahorias
- Especias
- Sal y pebre

Para la Masa de crepes

- 75 gr. de harina
- 175 gr. de leche
- 1 huevo
- 25 gr. de mantequilla
- Sal

Para la Lactonesa descremada

- 1 dl de leche desnatada
- 2 dl de aceite de girasol
- 1 d. de ajo
- Vinagre
- ½ limón
- Sal y pimienta blanca

Para la Ensalada mezclum

- Mezclum
- Tomate cherry
- Cebolla roja
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta

Elaboración

Lavar, secar y cortar en jardinera todas las verduras de las que dispongamos y podamos considera apropiadas para elaborar este plato, saltear en un wok con poco aceite, condimentar con las especias deseadas, finalizar la cocción y salpimentar. Reservar verduras decantadas del aceite sobrante.

Para la Masa de crepes

Poner la harina en un bol, añadir la leche y mezclar sin que se formen grumos, añadir la mantequilla derretida, añadir el huevo, mezclar bien y condimentar, reservar para hacer crepes. Recortar los creps mediante aro para realizar la presentación del plato

Realizamos la lactonesa poniendo paulatinamente todos los ingredientes en vaso de túrmix, ligar la lactonesa, añadir aceite para y apretar. Reservar.

Preparar los ingredientes de la ensalada, aliñar en el plato al momento del pase.



La mejor formación
está en la calidad

ALBONDIGAS A LA JARDINERA LIGERAMENTE ESPECIADAS LACADAS CON GÁSTRICA DE NARANJA

Ingredientes

- 250 gr. de carne picada mixta
- 1 cebolla mediana de Figueras
- Curry al gusto
- Pimentón picante al gusto
- Una pizca de garam masala
- 1 d. de ajo
- Perejil
- 1 C.S de harina
- 1 rebanada de pan de molde
- Leche
- 1 huevo
- Sal y pimienta

Para la Salsa

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

Para la Gástrica de naranja

- El zumo de 1 naranja
- 1 C.S de miel
- 1 ½ C.S de vinagre de manzana
- 1 ½ C.S de azúcar

Elaboración

Llevar la carne a un bol, añadir cebolla rallada, ajo y perejil picados, especiar con curry, pimentón rojo picante y garam masala al gusto, añadir la harina, la rebanada de pan mojada en un poco de leche, añadir la cantidad de huevo necesario, condimentar con sal y pimienta, formar bolas siguiendo indicaciones, pasar por harina y freír ligeramente en sartén aparte, reservar.

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, mojar con esta la preparación anterior. Cocinar durante 10 minutos, añadir la picada y finalizar la cocción 10 minutos más.

Mezclar los ingredientes de la gástrica en un cazo y llevar al fuego. Reducir hasta obtener una textura de salsa de sabor agradable.



La mejor formación
está en la calidad

TRIÁNGULOS DE PASTA BRIC CON MACEDONIA DE FRUTAS VARIADAS Y NATA MONTADA

Ingredientes

- *Hojas de pasta bric*
- *Mantequilla*
- *Azúcar glas*
- *Nata para montar*
- *Fruta variada: melocotón, mango, fresa. Manzana, kiwi, otros.*
- *Hojitas de menta*

Elaboración

Cortar hojas de pasta bric en triángulos, pintar con mantequilla fundida, unir de dos en dos llevar al horno precalentado a 180°, hornear, retirar y reservar.

Cortar la fruta de la que dispongamos al gusto y con la fruta restante (fresa, mango) hacer un coulís.

Montar nata a su punto y reservar en manga pastelera con boquilla estrellada.

Poner una base de bric para llevar al plato, poner puntos de nata, rellenar con la fruta troceada, poner un segundo piso siguiendo las mismas pautas, cubrir con de nuevo con pasta bric y espolvorear con azúcar glas.

Decorar la base del plato con el coulís de fruta.



La mejor formación
está en la calidad

ALCACHOFAS RELLENAS DE ATUN Y SALSA DE PIMIENTOS

Ingredientes

- *1k de alcachofas*
- *1 rodaja de atún (250g aprox)*
- *1 puerro*
- *Aceite oliva*
- *Queso para gratinar*

Para la salsa de pimientos

- *2 pimientos rojos*
- *Cebolla*
- *Aceite*
- *1 ajo*
- *250g de crema de leche*

Elaboración

Limpiar las alcachofas y vaciarlas
Reservar en agua con harina y limón para evitar que se pongan negras
Hervirlas durante 20 min a fuego lento.

Mientras sofreír el puerro, salteamos el atún y lo picamos mezclamos y rellenamos las alcachofas .

Para la salsa de pimientos

Sofreír la cebolla y los pimientos cortados en juliana, en el último momento añadir el ajo y la crema de leche, reducir y pasar por la túrmix y colar. Salpimentar



La mejor formación
está en la calidad

ESCUDELLA BARREJADA

Ingredientes

- *½ col*
- *2 o 3 zanahorias*
- *2 o 3 patatas*
- *Apio*
- *1 nabo*
- *Puerro*
- *Acelgas*
- *2 huesos blancos salados*
- *1 hueso jamón*
- *100g arroz*
- *100 gramos fideos*

Elaboración

Cortar las verduras a dados y ponerlas en una olla alta junto con los huesos
Hervir, a media cocción añadir la patata y finalmente el arroz y los fideos.



La mejor formación
está en la calidad

CREMA DE NARANJA

Ingredientes

- 600 ml de zumo de naranja natural
- 230g de azúcar
- 60g de mantequilla
- 35g de maizena
- 4 huevos grandes +2 yemas
- Ralladura de 2 naranjas

Elaboración

Mezclar en un bol los huevos, las yemas, el azúcar, batimos hasta que quede cremoso

Añadimos el zumo de naranja (reservar un poco para la maizena) y seguimos batiendo. Ponemos a fuego lento y cuando este a punto de hervir añadir la maicena disuelta, seguir removiendo sin parar hasta espesar la crema, apagamos el fuego y añadimos la ralladura y la mantequilla.

Para decorar podemos utilizar unos gajos de naranja y unas hojas de menta



La mejor formación
está en la calidad

CREMA DE GUISANTES CON ALMEJAS

Ingredientes

- *1/2 kg de guisantes frescos o congelados*
- *1/4 kg de almejas*
- *3 cebollas tiernas*
- *10 gr. de mantequilla*
- *4 hojas de lechuga romana*
- *100 ml. de vino blanco*
- *1 guindilla*
- *2 dientes de ajo*
- *1'0 gr. de perejil fresco*
- *1/4 l. de caldo vegetal*
- *100 gr. de mató*

Elaboración

Cortaremos la cebolla en brunoise y rehogaremos en muy poca mantequilla unos 8 minutos evitando que adquiera color. Añadimos la guindilla y el ajo cortado ciselé y alargamos cocción unos 3 minutos a fuego suave. Reducimos con el vino blanco y añadimos las hojas de lechuga sin el tronco central y los guisantes. Tapamos y alargamos cocción unos 6 minutos más.

Retiramos del fuego y trituramos con las hojas de perejil escaldadas.

Colamos y volvemos a colocar al fuego y alargamos con el caldo vegetal al gusto. Salpimentar y reservar en caliente.

Aparte abrimos las almejas al vapor, reservando el líquido de cocción para añadir a la crema.

Recortamos los bordes del pan y estiramos con un rodillo.

Envolvemos alrededor de un canutillo y tostamos al horno a 180 °C unos 5 minutos. Retirar y reservar para decoración.

Colocamos la crema en plato soper, colocamos una bola de queso fresco en el medio y las almejas alrededor.

Decorar con el pan tostado apoyado en el queso fresco.



ALBÓNDIGAS CON SEPIA

Ingredientes

Para las albóndigas

- 250 g. de carne magra de cerdo picada
- 250 g. de carne de ternera picada
- 150 g. de panceta cruda picada
- 70 g. de miga de pan sin corteza
- Leche
- Un diente de ajo ciselé
- 1 c.s de brandy
- 1 c.s de oporto
- 2 huevos
- Perejil picado
- Sal y pimienta
- Dos sepias de 200 g. cada una

Para la Picada

- 1 u. bolsa de coral de sepia
- 1 diente de ajo pequeño
- 1 c.c perejil
- 1 ñora (sólo pulpa)
- 3 u. hebras de azafrán
- 70g.de almendras tostadas
- 25 g. de piñones tostados
- 3 gr. chocolate
- 2 c.s aceite de oliva
- 50 ml. agua

Para el sofrito

- La sepia cortada en dados de 2 cm.
- 300 g. cebolla
- 80 gr. pimiento rojo
- 40 gr. pimiento verde
- 1 a 2 dientes de ajo
- 100 gr. tomate TPM
- 40 ml. brandy
- 1 B.G.
- 500 ml. de fondo de ave
- 500 ml. de fumet pescado
- 1 c.s perejil picado
- Sal, pimienta

Elaboración

En un bol mezclar las 3 carnes, añadir la miga de pan previamente remojada con la leche y escurrida, el resto de los ingredientes y trabajar sin presionar hasta conseguir una farsa homogénea. Con las manos untadas con aceite, ir haciendo bolas que posteriormente enharinaremos y freiremos en gran fritura. Escurrir y reservar.

Mezclar los ingredientes de la picada y triturar

Continuamos con el sofrito santeando con el aceite de oliva la sepia, dorar. Añadir la cebolla ciselé y los pimientos en brunoise, dorar. Recuperar los jugos caramelizados del fondo.

Incorporar el ajo ciselé, rehogar. Añadir el tomate, rehogar y cuando empiece a secar, desglasear con el brandy, evaporar. Añadir el B.G. Mojar con los fondos.

Añadir las albóndigas, cocer unos 20 minutos a fuego suave. Añadir la picada, cocer 5 minutos. Rectificar de condimentación y añadir el perejil.



La mejor formación
está en la calidad

PASTELES DE BELEM (PASTÉIS DE BELEM)

Ingredientes

- 2 Masas de hojaldre

Para la Crema Pastelera

- 4 yemas de huevo
- 100 g de azúcar
- 50 g de maicena
- 1/2 l de leche entera infundada
- 1 vaina de vainilla
- 1 rama de canela en rama
- 1 limón para infundar la leche

Elaboración

Para la Crema Pastelera

Ponemos la mitad de la leche a hervir con el azúcar y la esencia.

En la otra mitad de la leche disolvemos la maicena con la yemas de huevo, cuando hierva la leche, la echamos en la mezcla fría, batimos, llevamos a ebullición hasta que espese a fuego medio o bajo reservamos

Pre calentamos el horno 5 minutos a 220°. Colocamos los moldes en la bandeja del horno, previamente untados con mantequilla, colocamos el hojaldre dentro de los moldes, flaneras de aluminio, pasamos la crema a una jarra y vamos rellenando las tartaletas sin llegar al borde de la masa (dejamos un poco de margen para que no se nos desborde la crema). Introducimos la bandeja en la parte central y horneamos 15-20 minutos a 220°, hasta que veamos que la crema está dorada/tostada. Se comen templados y espolvoreados con azúcar glaçe.



La mejor formación
está en la calidad

TIMBAL DE SARDINAS MARINADAS Y PIMIENTOS ASADOS CON AJOBLANCO DE MELÓN

Ingredientes

- 500gr de filetes de sardinas
- 200gr de sal
- 200gr de azúcar
- Hierbas provenzales
- Pieles de naranja y limón
- 1 pimiento rojo
- 2 pimientos verdes
- 2 pimientos amarillos

Para el Ajo blanco

- 600 gr. de agua
- 200 gr de aceite de oliva
- 16 gr de ajo
- 300 gr de almendras peladas
- 1/2 melón de piel de sapo
- Ron.
- Sal

Elaboración

Cubrir los filetes de sardinas con la mezcla de sal, azúcar, hierbas y pieles de naranja/limón un mínimo de 30 min, una vez transcurrido el tiempo lavar las sardinas en agua fría, secar y reservar.

Asamos los pimientos en el horno a unos 200º hasta que se doren bien, una vez estén los pelamos y despepitamos, Reservamos el aceite de asado.

Realizaremos el ajoblanco escaldando el ajo en agua hirviendo para que no pique.

Triturar el melón junto con el resto de ingredientes. Probamos y rectificamos de sal si es conveniente.

Montamos el timbal en un molde cortapastas, intercalando capas de sardinas y pimientos, le damos frio al molde en abatidor y retiramos molde.

Decoraremos con una brunoise de melón salpimentada y mojada en ron , por ultimo añadiremos el ajoblanco alrededor.



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

En una plancha caliente marcar los filetes de pescado salpimentados untados con aceite de oliva, han de quedar poco hechos

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 triturarlo todo. Rectificar de sal y pimienta y reservarlo en frío.

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.

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.



La mejor formación
está en la calidad

TIRAMISU, MOUSSE DE MASCARPONE, CRUMBLE Y GANACHE DE CHOCOLATE Y CAFÉ

Ingredientes

Para la Mousse

- 225gr. De mascarpone.
- 225 gr. De crema de leche.
- 2 hojas de gelatina.
- 2 yemas de huevo.
- 150gr. De leche.
- 60 gr. De azúcar.

Para el Crumble

- 100gr. De harina.
- 100gr. De almendra el polvo.
- 100gr. De azúcar.
- 100gr. De mantequilla pomada.
- Pizca de sal.

Para la Ganache

- 200gr. De chocolate de cobertura.
- 100gr. De crema de leche.
- 25gr. De azúcar.
- 2 sobres de café soluble.

Elaboración

Para la Mousse

Batimos ligeramente las yemas. Calentamos la leche junto con el azúcar hasta que se disuelva. Mezclamos las dos elaboraciones y llevamos al fuego controlándolo hasta que espese. Colaremos y dejaremos que atempere ligeramente. Le añadiremos las hojas de gelatina hidratadas y reservaremos. Iremos añadiendo el mascarpone en dos tandas y mezclaremos bien con la ayuda de un túrmix. Semimontaremos la nata y mezclaremos amalgamando las dos elaboraciones con la ayuda de una lengua. Reservaremos en frío.

Para el Crumble

Mezclar todo y cocer al horno a 190° unos 10 min. Aprox. Una vez fuera del horno lo desmigaremos con las manos.

Para la Ganache

Calentar la nata a 100° junto con el azúcar. Mezclar con los sobres de café y tirar todavía bien caliente al chocolate troceado. Remover hasta integrar. Reservar.

Montaje

Colocar en el plato una base de crumble. Encima la mousse de queso (en manga o en quenelle), decoraremos con la ganache. Y espolvorearemos cacao encima



La mejor formación
está en la calidad

HOJALDRE DE ESPINACAS Y POLLO AHUMADO

Ingredientes

- *Placa de hojaldre*
- *250 gr de pechuga de pollo ahumada*
- *Manojo de perejil*
- *200 gr de bechamel*
- *1/2 kg de espinacas*
- *1 cebolla*
- *Zumo de ½ limón*
- *20 gr de piñones*
- *40 gr de pasas*
- *Sal y pimienta*
- *40 gr de queso parmesano o gruyere*

Elaboración

Preparamos la bechamel de la manera habitual y dejamos entibiar.

Troceamos el pollo ahumado y turmizamos con la bechamel. Ajustamos de sazón y perfumamos con el zumo de ½ limón.

Añadir perejil picado y reservar en frío.

Escaldamos las espinacas 30 segundos en agua hirviendo con sal y paramos cocción.

Rehogamos en un poco de mantequilla unos 4 minutos y añadimos los piñones tostados y las pasas hidratadas. Dejamos entibiar.

Estiramos la placa de hojaldre y cubrimos la parte central de espinacas y espolvoreamos el queso

Rellenar con el pollo y cerrar el hojaldre.

Pintar con huevo y sal y hornear a 200 °C unos 18 minutos.

Al pase.

Acompañar de una pequeña ensalada y cortar por ración.



La mejor formación
está en la calidad

SANDWICH DE SALMON Y GAMBAS

Ingredientes

- *Pan de molde*
- *50 gr de mantequilla*

Para la Capa 1

- *1 aguacate*
- *100 gr de crema agria*
- *Zumo de 1/2 limón*
- *Manojo de cebollino*
- *250 gr de salmón fresco*
- *1 cebolla tierna*

Para la Capa 2

- *1 docena de gambas*
- *100 ml de mayonesa*
- *12 rábanos*
- *Hojas de Rucola*
- *1 huevo*

Elaboración

Pintar el pan con mantequilla salada y tostar al horno o en satén.

Pelar y cortar el aguacate. Turmizar con la crema agria y el limón. Salpimentar
Picar el cebollino y reservar.

Limpiar el salmón de espinas y escaldar 2 minutos en agua salada hirviendo. Parar cocción y desmenuzar en lascas
Reservar
Picar la cebolla tierna en ciselée. Reservar

Pelar las gambas, abrir en mariposa y escaldar 1 minuto en agua salada hirviendo.
Reservar en frío hasta pase.

Cocer el huevo de la manera habitual. Reservar

Montar una mayonesa e incorporar la mitad de los rábanos. Seguir emulsionando y ajustar de sazón

Laminar el resto de rábanos.

Montaje

Colocar una base de puntas de crema de aguacate y salmón desmenuzado. Decorar con el cebollino y la cebolla picada.
Cubrir con otra lámina de pan

Colocar unas puntas de mayonesa y las gambas. Decorar con las hojas de Rucola, el rábano laminado y rallar el huevo por encima.

Regar con un poco de aceite de oliva y acabar con sal Maldón



La mejor formación
está en la calidad

CREPS DE CREMA DE LIMON

Ingredientes

- 3 huevos
- 150 gr de harina floja
- 100 ml de crema de leche
- ½ l de leche
- 50 ml de brandi
- Pizca de sal

Para la Crema de limón

- 3 yogur natural
- 150 ml de leche condensada
- 50 gr de mantequilla
- 2 yemas de huevo
- Zumo de 3 limones
- 50 gr de azúcar.

Elaboración

Turmizamos todos los ingredientes menos la harina.

Tamizamos la harina y batimos rápido para evitar que la masa quede gomosa.

Reservar en frío una hora.

Preparamos las crepes en una sartén antiadherente con un poco de mantequilla.

Retiramos y una vez frías rellenamos con la crema

Reservar parte de crema para regar por encima y decorar con unas hojas de menta.

Para la Crema de limón

Colocaremos al fuego el zumo de limón, las yemas de huevo batidas y el azúcar.

Mantendremos a fuego bajo removiendo continuamente y agregaremos la leche condensada.

Mantenemos unos 5 minutos hasta que empiece a espesar, retiramos del fuego y agregamos la mantequilla fría troceada.

Entibiamos e incorporamos cortando los yogures. Dejar enfriar.



La mejor formación
está en la calidad

BUÑUELOS DE BACALAO CON VERDURITAS AL VAPOR

Ingredientes

- 200 gr de harina
- 150 mantequilla
- 200 gr de agua mineral
- 6 huevos
- 5 gr sal
- 2 dientes de ajo
- 1c.c de bicarbonato
- 300 gr de bacalao desalado desmigado
- 2 c.s. perejil fresco picado
- Aceite de oliva para la fritura
- 3 Nabos
- 2 Pat choy
- 1 Brocoli o bimi

Para la Salsa de sésamo

- 4c.s de sésamo tostado
- 3 c.s de salsa de soja
- 1 cabeza de ajos asada
- 1 c.s. Zumo de lima
- 3.c.s Aceite de girasol
- 1c.s de perejil

Elaboración

En un cazo, ponemos el agua mineral y damos un hervor al bacalao. Lo retiramos y le sacamos piel y espinas. Aprovecharemos este agua para hacer la masa de buñuelos. Cuando llegue el punto de hervor, añadimos la mantequilla y la harina de golpe. Remover hasta que no queden grumos. Fuera del fuego añadimos los huevos de uno en uno y removiendo con una cuchara de madera hasta que se hayan integrado en la masa. Es entonces cuando añadiremos el ajo, muy picadito, junto con el bacalao desmigado. Por último añadimos el perejil picado. Rellenamos una manga pastelera con boquilla de estrella y dejamos enfriar 30 min. Hacemos churros de bacalao y los freímos en aceite abundante.

Sacamos bolas de nabo con el bolero y las cocemos al vapor al mismo tiempo que el brócoli pero en pisos diferentes. El pat choy lo cortamos en 4 trozos y lo pasamos por la plancha con unas gotas de aceite.

Trituramos todos los ingredientes de la salsa con el minipimer.



La mejor formación
está en la calidad

COSTILLAS DE CERDO RINGO STAR CON POLENTA

Ingredientes

- *4 Costillas de cerdo cortadas de dos en dos.*
- *Sal Pimienta Romero*
- *2 c.c. de mostaza*
- *2c.s. de miel*
- *1c.s de perejil picado*
- *3 peras*
- *100gr. de polenta*
- *3 ajos*
- *2 c.s. Mantequilla*
- *100 gr de parmesano rallado*
- *2dl. Aceite de oliva*

Elaboración

Poner las costillas en una fuente con sal, pimienta, aceite y romero. Rustir al horno a 200° C durante 20 min. Rustir por el otro lado 10 min. más. Desglasamos las costillas con coñac.

Sacamos las costillas del horno y las pintamos con miel y mostaza. Tapamos las costillas con papel de aluminio y cocemos al horno 40 min más. Colamos el jugo en una ollita pequeña. Añadimos el perejil picado muy fino. Si la salsa está muy clara se puede ligar con un poco de maizena.

En una olla sofreír los ajos picados. Añadir 5 partes de agua por 1 de polenta. Con el agua hirviendo añadir la polenta como una lluvia hasta que quede en textura de puré. Incorporar el parmesano rallado y la mantequilla. Rellenar unos moldes de silicona con la polenta y dejar enfriar.

Preparar una compota de pera.



La mejor formación
está en la calidad

MOUSSE CREMOSA DE CHÍA Y VAINILLA CON FRUTOS ROJOS

Ingredientes

- 250 ml de agua tibia (40°C aprox.)
- 30 ml (2 c.s.) de semillas de chia enteras
- 50 gr de anacardos o de almendra remojada y pelada
- 2 dátiles medjool o 4 orejones de albaricoque
- Vainilla
- Una pizca de sal

Para decorar

- Almendras ligeramente tostadas
- 1 barqueta de arandanos, frambuesas o moras

Elaboración

Remojar los anacardos con agua que cubra.

Remojar la chía con el resto de agua tibia, mínimo 15-20 minutos para que genere mucílago

Mezclar las dos preparaciones en un vaso de batidora con el líquido de remojo y triturar con los dátiles, la sal y las especias hasta obtener una crema homogénea, añadiendo agua según la consistencia deseada.

Servir en copas individuales, espolvoreando vainilla o canela y colocar las frutas rojas por encima.

Conservar en frío y sin luz para preservar los lípidos omega 3.



La mejor formación
está en la calidad

CAKE DE ESPINACAS PASAS Y PIÑONES

Ingredientes

- 200 gr de espinacas frescas
- 165 g de harina
- 20 gr de maicena
- 30 g de pasas
- 20 gr de piñones
- 1 cucharadita de cardamomo molido
- 2 clavos de olor
- Un poco de nuez moscada
- 8 gr de impulsor químico
- un pellizco de sal
- 210 g de azúcar
- 80 gr de queso emmenthal
- 55 g de aceite de girasol
- 2 huevos grandes
- la ralladura de una lima

Para la Crema de espinacas

- 200 gr de espinacas
- 50-100 gr de mantequilla

Elaboración

Precalentar el horno a 170 grados. Engrasar los moldes y reservar

Escaldar las hojas de espinacas, parar cocción y reservar

Tamizar la harina, la maizena y el impulsor y agregar la harina de almendras, los piñones tostados, la nuez moscada y el clavo de olor tostado y la sal en un bol grande y mezclar bien para combinar.

Colocar el azúcar, el queso rallado, el aceite, los huevos batidos, la vainilla y la ralladura en otro bol y mezclar hasta conseguir una mezcla suave. Añadir las espinacas y las pasas hidratadas, y luego combinar con los ingredientes secos.

Dividir la masa en partes iguales entre los moldes preparados y hornear durante 20 minutos o hasta que un palillo de madera insertado en el centro del pastel salga limpio. Dejar enfriar completamente.

Para la Crema de espinacas

Escaldar las espinacas, retirar y turmizar con la mantequilla y un poco de agua de cocción hasta obtener una crema fina. Colar y ajustar de sazón. Comprobar consistencia



La mejor formación
está en la calidad

TOSTA CON HAMBURGUESA DE VITELLO TONNATO

Ingredientes

- *1 cebolla tierna*
- *1 c.s.de romero fresco*
- *300 gr de carne picada*
- *100 gr de atún en aceite*
- *1 c. de Mostaza de Dijon*
- *Sal y pimienta*
- *1 c.s.de alcaparras*

Para la salsa

- *30 gr de aceitunas negra deshuesada*
- *2 filetes de anchoa*
- *1 dientes de ajo*
- *20 gr de alcaparras*
- *100 gr de mayonesa*
- *1 c.s.de zumo de limón*

Otros

- *Hojas verdes*
- *Tostas de pan*

Elaboración

Escurrir el atún de aceite y añadir en un cuenco junto con la carne
Añadir la mostaza, la cebolla ciselée, las alcaparras picadas, el romero picado y salpimentar.
Amasar y dar forma de hamburguesa.
Refrigerar hasta pase

Para la salsa

Escaldar el ajo 3 minutos y parar cocción. Picar en ciselée
Una vez montada la mayonesa, incorporar el resto de ingredientes y turmizar 30 segundos
Ajustar de sazón y reserva en frío hasta pase.

Al pase

Tostar el pan al horno 3 minutos y aceitar
Asar la hamburguesa al gusto y colocar encima del pan
Decorar con la mayonesa y unas hojas verdes.



La mejor formación
está en la calidad

HELADO DE COCO ANACARDOS Y CHOCOLATE

Ingredientes

- 140 gr de cacahuetes o anacardos
- ¼ l de leche de coco
- 60 ml de leche de almendras, avena o soja
- 30 gr de xilitol
- Zumo de ½ limón
- 12 hojas de menta
- Estabilizante s/c/p

Para la Cobertura de chocolate

- 100 gr de aceite de coco
- 30 gr de cacao en polvo
- 20 gr de xilitol
- Pizca de sal
- Pepitas de chocolate

Para el Toffe

- 100 gr de azúcar
- 50 gr de mantequilla
- 100 ml de crema de leche

Elaboración

Escaldar las hojas de menta y turmizar todos los ingredientes menos el estabilizante.

Calentar el conjunto y agregar el estabilizante.

Dejar madurar toda la noche y mantecar al día siguiente.

Para la Cobertura de chocolate

Derretir el aceite de coco y agregar el cacao y el xilitol, dejar entibiar

Para el Toffe

Caramelizar el azúcar y agregar la nata caliente poco a poco. Remover hasta homogeneizar, apartar del fuego y agregar la mantequilla a dados.

Montaje

Colocar una base de toffe y apoyar una bola de helado encima.

Regar con el chocolate encima del helado.



La mejor formación
está en la calidad

PISTO CON HUEVOS

Ingredientes

- *2 berenjenas medianas*
- *1 cebolla*
- *1 pimiento verde*
- *1 pimiento rojo*
- *1 calabacín con piel*
- *0'5 kg. de tomate triturado*
- *1 pizza de pulpa de choriceros*
- *Vino blanco*
- *4 huevos*
- *Cebollino picado*
- *Aceite de oliva y sal*

Elaboración

Horno a 180°C.

Cortar las berenjenas en dos, hacerle cortes diagonales a la pulpa, salpimentar, regar con aceite y hornear 20 minutos.

Una vez hechas, vaciar la pulpa.

Picar la cebolla y los pimientos y pocharlos.

Añadir el calabacín a dados pequeños y la pulpa de berenjena.

Rehogar, salpimentar, añadir el vino blanco, tomate triturado, carne de pimiento choricerero y guisar 30mn. aprox.

Batir los 4 huevos, echarlos en el pisto y cuajarlos removiendo.

Emplatar y decorar con el cebollino



La mejor formación
está en la calidad

ARROZ NEGRO CON ALLIOLI

Ingredientes

- *300 g de arroz redondo*
- *300 g de chipirones en dados*
- *2 cebollas*
- *1 pimiento verde*
- *2 cucharadas soperas de salsa de tomate*
- *Vino blanco*
- *1 l. de caldo de pescado*
- *Las tintas del chipirón*
- *Lascas de Idiazábal*
- *Alioli*
- *Aceite de oliva*

Elaboración

Cocer el arroz en agua y sal durante unos 15 minutos hasta que esté al dente. Enfriarlo en agua.

Picar la cebolla y el pimiento verde, sazonar y pocharlo bien con el aceite durante media hora aproximadamente.

Añadir el vino blanco y a continuación unas cucharadas de la salsa de tomate.

Añadir las tintas del chipirón, a poder ser frescas, mezcladas con un poco de fumet, rehogar bien y añadir el caldo de pescado.

Dejar cocer todo el conjunto media hora o 40 minutos y triturar.

Saltear el chipirón en una sartén muy caliente, añadir sal y echar el chipirón a la salsa negra.

Dejar cocer otros 40 minutos.

Mezclar el arroz cocido anteriormente con la salsa y cocer 10 minutos.

Ligar con el alioli y el Idiazábal.

Emplatar y decorar con lascas de Idiazábal y unos puntos de alioli



La mejor formación
está en la calidad

PIRULETAS DE CHOCOLATE

Ingredientes

- 250 g de chocolate de 70 %
- 80 g de almendra picada
- 50 g de piñones
- 50 g de nueces

Elaboración

Ponemos a fundir el chocolate al baño maría o al microondas, el tiempo justo para que se funda pero no se caliente en exceso.

Machacar ligeramente los frutos secos.

Sobre una bandeja forrada con papel de horno, hacer montoncitos de frutos secos y aplástalos.

Colocar encima de cada una de estas bases de frutos secos un palillo de brocheta (con la parte puntiaguda hacia fuera).

Introducir el chocolate en un cartucho de papel o una manga con boquilla muy fina y trazar varias líneas circulares sobre los frutos secos cubriendo también el palillo.

Enfriar para que cristalice el chocolate y despegar las piruletas del papel



La mejor formación
está en la calidad

PATATAS RELLENAS DE BOTIFARRA ESPARRACADA CON HUEVO DE CODORNIZ Y VELOUTÉ TRUFADA

Ingredientes

- 2 patatas de tamaño pequeño
- ¼ de butifarra negra
- ¼ de butifarra cruda
- 1 cebolla de Figueras
- 1 d. de ajo
- C/S de perejil
- 4 huevos de codorniz
- Brotes de Sisho, flores o similar

Para la Velouté

- 20 gr de mantequilla
- 10 gr de aceite de trufa
- 25 gr. de harina
- ½ litro de caldo de pollo
- 100 gr de crema de Leche de 30% M.G.
- 1 clavo de olor
- 1 hoja de laurel
- C/S de trufa rallada
- Sal

Elaboración

Hervir las patatas con piel durante 15 minutos, retirar, escurrir y cortar por el ecuador, vaciar ligeramente y reservar.

Cocinar el huevo de codorniz el tiempo indicado, pelar y reservar.

Llevar a freír las patatas en una sartén pequeña con aceite de girasol abundante. Retirar de la fritura y condimentar. Retirar la piel de las butifarras, cocinar la cebolla rallada, añadir las butifarras y esparracar, añadir el ajo y el perejil picados y cocinar, rellenar las patatas con esta preparación, colocar encima el huevo de codorniz, cubrir con la cantidad necesaria de velouté, decorar con brotes.

Para la Velouté

Poner la mantequilla y el aceite a cocinar en un cazo, añadir la harina y ligar un roux, añadir el caldo el clavo de olor y el laurel, cocinar durante 5 minutos sin dejar de remover, añadir la crema de leche, añadir la trufa rallada y cocinar durante otros 5 minutos aproximadamente, condimentar y reservar.



La mejor formación
está en la calidad

GLASEADO DE BACALAO CON MAJADA DE PIMIENTO ROJO, VERDE Y AJOS TIERNOS

Ingredientes

Para la Majada

- 1 lomo de bacalao de 200 gr.
- 25 gr. de aceite de oliva
- 4 d. de ajo
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 250 gr. de tomate concasé
- 1 pizca de cayena
- ½ c.c de pimentón dulce
- 50 gr. de cebolla

Para el Confit de bacalao

- Aceite de girasol
- 3 ajos ecrasé
- 2 hojas de laurel
- 1 guindilla
- Pimienta en grano

Para la Mayonesa

- 1 huevo
- Aceite del confitado del bacalao
- 1 ó 2 dientes de ajo del confitado

Elaboración

Realizaremos la majada dorando ligeramente los ajos en una cazuela, retirar y añadir la cebolla emincé, rehogar, añadir el pimentón y cocinar un instante, añadir el tomate concasé, cocinar tapado y lentamente. Asar el pimiento a la llama, pelar y majar junto con los ajos, añadir al sofrito, rectificar sal, azúcar y cayena.

Retirar la piel del bacalao, limpiar bien de carne, llevar a deshidratadora, retirar y freír al pase en aceite de girasol.

Cocinar el bacalao en confit de aceite de girasol, retirar y secar sobre papel absorbente. Reservar

Hacer una mayonesa con el aceite del confitado y los ingredientes indicados. Reservar.

Presentar el plato con la base de majada, encima poner el bacalao confitado y glaseado, decorar con un par de ajos tiernos cocinados y el crujiente de la piel.



La mejor formación
está en la calidad

FLAN DE QUESO FRESCO CON SU CARAMELO, FRUTOS ROJOS Y TIERRA CRUJIENTE DE POLVORONES

Ingredientes

Para el Flan de queso fresco

- Azúcar
- Mató
- Huevos
- Leche
- Canela en rama
- Piel de limón

Para el Crambel de polvorones

- 100 gr de polvorones sobrantes
- 100 gr de harina
- 100 gr de mantequilla troceada
- C/S de azúcar moreno
- Curry, pimienta y otras especias al gusto
- Una pizca de sal

Elaboración

Para el Flan de queso fresco

Poner el azúcar en una sartén y hacer caramelo, verter sobre las flaneras de presentación.

Poner el mató en un bol, añadir los huevos y mezclar bien a mano o con batidora, hervir la leche con el azúcar, la canela en rama y un trozo de piel de limón, cuando esté en su punto añadir a la preparación anterior, mezclar y verter en las flaneras donde hemos puesto el caramelo.

Llevar al horno para cocinar al baño M^a durante el tiempo necesario, 40/50 minutos.

Para el Crambel de polvorones

Desmenuzar los polvorones, mezclar con la harina y la mantequilla, añadir las especias y el azúcar, mezclar bien, añadir la mantequilla y amasar todo formando una masa homogénea. Cortar, trocear, disponer sobre papel sulfurizado en bandeja de horno precalentado y cocinar.

Dejar enfriar y desmoldar los flanes, verter el caramelo en plato hondo de presentación, añadir los flanes, decorar por encima con un poco de frutos rojos, añadir el crambel.



La mejor formación
está en la calidad

CREMA DE CALABAZA Y CRUJIENTE DE JAMON

Ingredientes

- *1k de calabaza*
- *1 puerro*
- *2 patatas medianas*
- *1 cebolla pequeña*
- *Aceite de oliva*
- *600ml de agua o caldo de verduras*
- *2 lonchas de jamon*

Elaboración

Poner a hervir las patatas y la calabaza cortada en cubo grande en agua o caldo de verduras unos 20min
Sofreír la cebolla y el puerro cortadas en brunoise

Poner en un bol todo junto y triturar sin el caldo, que lo iremos añadiendo según necesidad. Pasaremos por el chino.
Mientras tanto en un papel sulfurizado pondremos las lonchas de jamon y otro papel encima con un peso para que no se mueva durante 15 min al horno a 180°C.



La mejor formación
está en la calidad

ARROZ DE BUTIFARRA Y ALCACHOFAS

Ingredientes

- 360g de arroz bomba
- 1,1 l de caldo de ave
- 2 butifarras
- 2 cebollas moradas
- 2 pimientos verdes
- 1 ajo
- 3 tomates maduros rallados
- 3 alcachofas
- 1 hígado de conejo
- 1 picada(almendra ,galletas perejil ,ajo ,chorro de coñac)
- 1 cucharada de pimentón rojo

Elaboración

Sofreir las butifarras cortadas en rodajas y reservar

Sofreir las alcachofas cortadas en trozos añadir la cebolla y finalmente el pimiento y el tomate. Añadimos la butifarra y el arroz rehogamos poner el pimentón y seguidamente el caldo caliente y la picada

14 min al fuego y 4 al horno a 210grados

Hacemos la picada sofriendo el hígado el ajo y por último el perejil añadir el resto de ingredientes y triturar



La mejor formación
está en la calidad

MOUSSE DE CHOCOLATE

Ingredientes

- 250g de chocolate negro
- 100g mantequilla
- 4 huevos
- 100g de azúcar
- 200ml de nata líquida para montar

Elaboración

Fundir el chocolate al baño maría

Montar la nata con la batidora eléctrica hasta que tenga firmeza reservar en nevera.

Separamos las claras de las yemas y introducimos estas al chocolate junto con la mantequilla.

Montar las claras a velocidad lenta y subir progresivamente cuando estén casi montadas añadir el azúcar seguir hasta que estén firmes.

Mezclar con la base de chocolate muy suave y poco a poco para que no se baje, repetimos la operación con la nata siempre movimientos de abajo arriba con paciencia hasta que este todo bien mezclado.

Servir en copas o en tartaletas de pasta brisa