



La mejor formación  
está en la calidad

## **LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS, CODORNICES Y FOIE**

### ***Ingredientes***

- *1 paquete de lentejas (que no necesiten remojo)*
- *1 cebolla.*
- *2 tomates maduros t.p.m.*
- *1 berenjena.*
- *1 calabacín.*
- *1/2 pimiento verde, 1/2 pimiento rojo.*
- *150gr de champiñones.*
- *1 litro de fondo de verduras.*
- *Vino blanco.*
- *Vinagre de jerez.*
- *Sal/pimienta*
- *Laurel*
- *2 codornices*
- *Aceite.*
- *Sal/pimienta.*
- *2 rodajas de foie fresco.*

### ***Elaboración***

Cortamos toda la verdura en brunoise y la reservamos.

Separamos de las codornices, sus muslos, pechugas y carcasas.

En una cazuela mediana, doramos todas las codornices incluyendo las carcasas, reservamos.

En la misma cazuela alargamos de aceite y vamos rehogando por este orden, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, calabacín, berenjena, champiñones y tomate junto al laurel. Una vez todo este bien rehogado, tiramos el vino blanco y dejamos evaporar.

Añadimos el fondo de verduras y las carcasas de las codornices, seguidamente las lentejas, 1/3 del peso del líquido frío, dejaremos cocer a fuego alto 5 o 10min, después bajaremos el fuego a temperatura suave, durante la cocción no removeremos las lentejas, si no que agitaremos la cazuela para proteger la piel de estas.

Cuando les falten poco para estar tiernas, retiraremos las carcasas, rectificaremos de sabor (no antes)

Añadiremos las codornices, le daremos a todo una última cocción hasta que las lentejas estén tiernas, añadimos una pizca de vinagre de jerez al gusto.

Marcaremos el foie a la plancha 2 min por lado, con una pizca de aceite de oliva.

Pondremos en plato de copa, un fondo de lentejas, encima trozos de codorniz y acabamos con una rodaja de foie a la plancha. Decoramos con hierbas



La mejor formación  
está en la calidad

## **BACALAO GRATINADO CON ALL Y OLI DE MIEL Y LIMA CON SANFAINA DE FRESONES Y VINAGRE BALSAMICO**

### ***Ingredientes***

- 2 lomos de bacalao fresco.

#### ***Para el all i oli de miel y lima***

- 1 huevo.
- 120ml de aceite de oliva.
- 1 lima en zumo
- 2d. de ajo.
- Pizca de miel.

#### ***Para la Sanfaina.***

- 1 cebolla grande dulce.
- 2 tomates maduros grandes.
- 1 calabacín.
- 1 berenjena.
- 1 pimiento rojo/ 1 pimiento verde.
- 200gr de fresones.
- 2c.s de vinagre balsámico.
- Aceite de oliva.
- Vino rancio.
- Hierbas aromáticas (tomillo, romero)

#### ***Para la Piel crujiente.***

- Piel de bacalao.
- Aceite de girasol.
- Harina.

### ***Elaboración***

Realizaremos la sanfaina cortando todas las verduras en brunoise, vamos rehogando en aceite de oliva, por este orden, primero la cebolla junto con las hierbas, pimiento rojo, pimiento verde, calabacín, berenjena, asegurándonos entre tandas que todo esté bien rehogado, seguiremos con el tomate t.p.m y dejaremos que pierda todo el agua, tiraremos el vino y dejaremos que reduzca, añadiremos el vinagre con los fresones y dejaremos que se vayan cocinando lentamente y el vinagre vaya evaporando.

Retirar cuando todo haya adquirido una textura de mermelada.

Integraremos todos los ingredientes del all y oli en un vaso alto para triturar.

Retirar las pieles del bacalao y extenderlas bien, calentaremos una sartén con aceite de girasol y añadiremos las pieles enharinadas lo mas planas posibles, retirar cuando estén crujientes, sobre un papel absorbente.

Trocearemos el bacalao en trozos medianos y los cubriremos con el all y oli, gratinaremos en el horno 5 min a unos 200°

Poner en la base del plato la sanfaina, encima el bacalao y decoraremos con la piel.



La mejor formación  
está en la calidad

## **BIZCOCHO DE CHOCOLATE Y VINO TINTO CON CREMA CHANTILLY DE CARAMELO Y SALSA DE VINO**

### ***Ingredientes***

#### ***Para el bizcocho***

- 4 huevos
- 200 gr. de azúcar
- 200 gr. de mantequilla pomada
- 3 c.s de cacao en polvo
- 110 gr. de vino tinto
- 200 gr de harina
- 8 g. de impulsor

#### ***Para la crema chantilly de caramelo***

- 145 g de azúcar
- 6 g de jarabe de glucosa
- 70 g de nata
- 3 hojas y media de gelatina
- 420 g de nata montada

#### ***Para la salsa de vino***

- 500 g. de vino tinto
- 100 g. de azúcar

### ***Elaboración***

Fundir la mantequilla y mezclarla con el vino tinto.

Blanquear los huevos con el azúcar, añadir la mantequilla fundida con el vino. Tamizar la harina con el cacao en polvo y el impulsor y añadirlo a la mezcla anterior en dos veces. Encamisar un molde. Verter la mezcla y cocer en el horno precalentado a 180° C. unos 25 a 30 minutos.

#### ***Para la crema chantilly de caramelo***

Calentar la nata líquida y el jarabe. Hacer un caramelo en seco con el azúcar y luego, desglasar con la mezcla de nata caliente y jarabe de glucosa.

Añadir la gelatina en la base del caramelo caliente. Dejar enfriar antes de agregar la nata previamente montada en otro recipiente.

#### ***Para la salsa de vino***

En un cazo poner el vino y el azúcar y dejar reducir a textura salsa

#### ***Acabados***

En un plato poner un poco de salsa de vino, encima un rectángulo de bizcocho y encima rosetones de nata



La mejor formación  
está en la calidad

## **TARTA ALSACIANA CON SALMON Y BACON**

### ***Ingredientes***

- *Masa de pizza*
- *200 gr de queso fresco*
- *200 ml de crema ácida*
- *Pizca de sal*
- *40 ml de aceite de oliva*
- *100 gr de bacón ahumado*
- *100 gr de salmón fresco*
- *2 cebollas rojas*
- *Sal y pimienta*
- *Hierbas provenzales Bio Ducross*

### ***Para la Masa de pizza***

- *300 gr de harina media*
- *25 gr de levadura natural*
- *50 ml de aceite*
- *Pizca de sal*

### ***Elaboración***

#### ***Para la Masa de pizza***

Desleímos la levadura en 150 ml de agua.  
Tamizamos la harina y agregamos la sal y el aceite.  
Añadimos poco a poco el agua y amasamos hasta obtener una masa fina.  
Estiramos en placa y dejamos fermentar en cálido 1 hora.

Precalentamos al horno a 220 °C

Mezclamos el queso fresco con la sal, la crema ácida y el aceite. Reservamos  
Cortaremos el bacón en macedonia y la cebolla en juliana.  
Saltearemos el bacón 4 minutos, reducimos fuego y rehogamos la cebolla unos 30 minutos con las hierbas provenzales Bio Ducross

Estiramos la masa lo más fina posible.

Cubrimos con la cebolla y el bacón y napamos con la base de crema  
Salpimentamos y horneamos unos 8 minutos.

En los últimos momentos de cocción colocamos unas láminas de salmón fresco fileteado.



La mejor formación  
está en la calidad

## **TARTA DE FRESAS Y CHOCOLATE BLANCO**

### ***Ingredientes***

- *¼ kg de chocolate blanco*
- *400 ml de crema agria*
- *2 huevos*
- *2 yemas*
- *200 gr de fresas*
- *100 ml de tpt. con jengibre*

### ***Para la masa sucrée***

- *170 gr de harina*
- *5 gr de sal*
- *115 gr de mantequilla*
- *40 gr de azúcar*
- *1 huevo*
- *1 c de azúcar avainillado*

### ***Elaboración***

#### ***Para la masa sucrée***

Tamizamos la harina y añadiremos el azúcar y el azúcar avainillado.  
Incorporamos la mantequilla fría cortada a dados y arenamos hasta obtener una masa grumosa.  
Incorporamos el huevo batido y amasamos unos pocos minutos hasta obtener una masa homogénea.  
Estiramos un grosor de 3 mm y forramos el molde encamisado.  
Refrigeramos tapado unos 30 minutos.

#### ***Para el relleno***

Precalentaremos el horno a 160 °C y extendemos la masa sobre el molde encamisado.  
Horneamos en blanco a 160 °C unos 10 minutos.  
Retiramos y dejamos enfriar  
Fundiremos el chocolate al baño maria, retiramos del fuego y agregamos la crema agria y los huevos y yemas batidos.  
Mezclamos bien y colocamos sobre la base de la tarta  
Volvemos a colocar en el horno durante unos 20 minutos.  
Retiramos y dejamos enfriar  
Colocamos las fresas limpias y abiertas por la mitad y regamos con el tpt. de jengibre.



La mejor formación  
está en la calidad

## **PULPO A LA GALLEGA CON BLINIS DE PATATA**

### ***Ingredientes***

- 1 kg de Pulpo

#### ***Para los Blinis de patata***

- 700 gr de patata kenebek
- 4 yemas
- 4 claras
- 50 gr de harina
- 50 gr de mantequilla

#### ***Para la Mahonesa de pimentón***

- 1 huevo
- 1 c.s de pimentón ahumado
- Sal
- el zumo de 1/2 limón exprimido
- Aceite de oliva suave
- Flor de Sal
- Cebollino

### ***Elaboración***

Si el pulpo está precocido cortarlo a rodajas y antes de servir sumergir en agua hirviendo

Si el pulpo está crudo escaldar 3 veces en una olla con abundante agua hirviendo. Después cocer 20 min a fuego medio alto y dejar reposar con el fuego apagado 20 min dentro del agua. Pescarlo y cortarlo a rodajas.

#### ***Para los Blinis de patata***

Hervir las patatas con piel. Cuando estén tiernas las escurrimos, las pelamos y las pasamos por el pasa purés. Mezclamos la harina y la mantequilla y dejamos enfriar un poco. Añadimos las yemas una a una mientras mezclamos y al final incorporamos las claras montadas a punto de nieve. Antes de servir pondremos una cucharada de masa a la plancha y la doraremos por los dos lados.

#### ***Para la Mahonesa de pimentón***

En un vaso de triturar pondremos huevo, pimentón, zumo de limón, sal y por ultimo vamos añadiendo el aceite mientras va emulsionando.

Decoramos con un poco de flor de sal, cebollino y un chorro de aceite de oliva virgen.



La mejor formación  
está en la calidad

## POLLO AL CHILINDRÓN

### *Ingredientes*

- *1 pollo cortado a octavos*
- *1 dl de aceite*
- *1 diente de ajo*
- *100 gr. de jamón serrano*
- *1 cebolla*
- *3 pimientos verdes*
- *3 pimientos rojos*
- *3 pimientos choriceros*
- *2 tomates*
- *Sal y pimienta*
- *6 patatas*
- *150 gr Queso manchego semicurado.*

### *Elaboración*

Se sazona el pollo con sal y pimienta. En una cazuela, se calienta el aceite y se fríe el diente de ajo hasta que esté ligeramente dorado. Se añade el pollo cortado y se dora por todas partes. Después se agrega la cebolla picada para que vaya haciendo y a continuación el jamón cortado a daditos.

Se remueve constantemente y cuando la cebolla empiece a dorarse, se incorporan los pimientos previamente asados, pelados, despepitados y troceados groseramente. La pulpa de los pimientos choriceros se añade una vez remojados. También incorporamos los tomates picados o rallados.

Se rehoga todo el conjunto a fuego lento hasta que el pollo esté hecho. Hay que tener en cuenta que la salsa debe quedar mas bien seca, aunque se le puede añadir 1 Dl. de vino blanco durante la cocción.

Limpiamos las patatas y las cortamos a lonchas dejándolas unidas por la parte inferior. Las aliñamos con sal, pimienta, alguna hierba aromática y aceite. Las cocemos tapadas al horno a 200°C. Pasados 40 min. las destapamos ponemos un poco de queso entre cada loncha de patata y fundimos al horno.



## **CANUTILLOS FRITOS RELLENOS DE CREMA DE PRALINE DE AVELLANAS**

### ***Ingredientes***

- *¼ de l de leche*
- *Piel de naranja*
- *1 dl de aceite*
- *Una pizca de sal*
- *½ kg de harina*

### ***Para la Crema praliné de avellana***

- *800 gr de leche*
- *200 gr de nata*
- *8 yemas*
- *Piel de limón*
- *Canela*
- *80 gr de maicena*
- *250 gr de praliné de avellanas*
- *100 gr de azúcar*

### ***Elaboración***

Calentamos en una olla el aceite y la cascara de naranja. Dejamos enfriar y retiramos la piel de naranja. Añadimos la leche, la sal y la harina. Mezclamos hasta que la masa quede lisa pero no dura. Se deja reposar en el frigorífico envuelta en papel de film, durante media hora. Se estira la masa con el rodillo, utilizando aceite en lugar de la harina que se suele usar para estirar.

Se deja la masa lo más fina posible. Se cortan tiras de 2 cm. de ancho por 20 cm de largo y se van enrollando sobre los moldes, empezando por la punta del cono.

Se fríen los canutillos en abundante aceite bien caliente, se sacan bien doraditos en un paño, para que escurran toda la grasa.

Infusionamos la nata y la leche con la rama de canela y la piel de limón.

Mezclamos las 8 yemas con el azúcar y la maicena. Añadimos la leche infusionada y cocemos, removiendo con una lengua, lenta pero constantemente hasta que espese. Añadimos el praliné de avellana y rellenamos una manga con boquilla estrellada. Dejamos enfriar.

Se rellenan los canutillos y se espolvorean de azúcar glas.





La mejor formación  
está en la calidad

## QUICHE DE TRES QUESOS

### ***Ingredientes***

- 2 cebollas
- 100 gr de bacón
- 1 claras de huevo 3 huevos batidos
- 100 gr de parmesano rallado
- 100 gr de mozzarella
- 100 gr de queso gruyere rallado
- 400 ml de crema ácida
- Mantequilla, sal y pimienta
- 1 c.s.de estragón Bio Ducross

### ***Para la masa quebrada***

- ¼ kg de harina
- 125 gr de mantequilla
- 1 huevo
- Sal y pimienta

### ***Elaboración***

#### ***Para la masa quebrada***

Tamizamos la harina con la sal y pimienta

Cortamos la mantequilla en dados y arenamos unos 3 minutos hasta obtener una masa arenosa  
Incorporamos el huevo batido y amasamos muy poco hasta obtener una masa homogénea.  
Enfilmar y dejar reposar en frío 30 minutos.

Estirar y forrar el molde de quiche.  
Hornear en blanco a 160 unos 10 minutos.  
Rellenar con la farsa.

#### ***Para el relleno.***

Cortar el bacón en juliana y sofreír 5 minutos. Reducir fuego y añadir la cebolla en juliana. Rehogar con la mantequilla unos 30 minutos con el estragón Bio Ducross.  
Batir los huevos y añadir los quesos, incorporar la crema agria y la cebolla. Ajustar de sazón y colocar sobre la base cocida.

Hornear a 190 °C unos 20 minutos a mitad de horno  
Retirar y dejar entibiar.  
Decorar con unas hojas de Rucola.



La mejor formación  
está en la calidad

## **CROQUE MONSIEUR**

### ***Ingredientes***

- *2 rebanadas de pan de molde sin corteza.*
- *150 g de jamón cocido extra.*
- *150 g de queso gruyere rallado.*
- *4 cl de nata doble.*
- *50 g de parmesano rallado.*
- *1 yema de huevo.*
- *Mantequilla.*

### ***Elaboración***

Mezclar en un bol el queso gruyere, parmesano, la yema de huevo, la nata y sal y pimienta.  
Dorar en una sartén las rebanadas de pan con mantequilla por ambas caras.  
Rellenar con el jamón y parte del gruyere rallado, jamón y parte del gruyere rallado.  
Pringar la rebanada de pan tostado por las dos caras con la mezcla de queso y nata.  
Gratinar en el horno unos 5 minutos



La mejor formación  
está en la calidad

## **LA BULLABESA**

### ***Ingredientes***

- 500gr. de pescado de sopa.
- 5 langostinos
- 10 mejillones
- 2 cebollas
- 3 dientes de ajo
- 1 puerro
- Perejil
- 3 tomates rojos
- 1dl. de anís seco
- Sal
- Pan tostado
- Ajo

### ***Elaboración***

Escamar y vaciar el pescado. Trocearlos grandes y lavarlos.

Sofreír la cebolla picada. Añadir los dientes de ajo, un puerro y perejil, todo ello bien picado.

Dejarlo rehogar durante unos minutos. Agregar los tomates cortados y una hoja de laurel.

Seguir cociendo hasta que el tomate reduzca un poco. Saltear los langostinos y cocerlos 2 min.

Desglasar con anís y juntar este jugo al sofrito. Echar los pescados a la cazuela y proseguir la cocción a fuego vivo durante unos minutos. Cubrir con agua hirviendo. Rectificamos de sal y vamos espumando unos 20 min. Retiramos el pescado.

Dejamos que el caldo espese unos 15 min. mas con las cáscaras de los langostinos. Pasamos por el chino

Abrimos los mejillones al vapor.

Servimos la sopa con pan tostado frotado con ajo, carne de pescado y los mejillones



La mejor formación  
está en la calidad

## **FINANCERS**

### ***Ingredientes***

- 75 g. de harina de almendra
- 150 g. de azúcar
- 25 g. de miel
- 50 g. de harina
- 135 g. de claras de huevo
- 125 g. de mantequilla avellana

### ***Elaboración***

#### ***Para la mantequilla de avellana:***

Introducir la mantequilla cortada a trozos en una reductora, a fuego suave. Una vez este deshecha subir el fuego y llevarla a 145 ° C. Colarla inmediatamente y añadirla en tres veces a la mezcla de harina, azúcar, almendra y miel. Removiendo con unas varillas no batiendo.

#### ***Para los financiers:***

Mezclar la harina de almendra con el azúcar y la harina, la clara de huevo y la mantequilla de avellana. Rellenar moldes de flexipan de tamaño petit fours con financier y cocer a 190 ° C. 14 minutos.



La mejor formación  
está en la calidad

## **HUMUS DE GARBANZOS Y AGUACATE SOBRE TRIÁNGULOS CRUJIENTES DE PAN DE PITA**

### ***Ingredientes***

- 200 gr. de garbanzos cocidos
- 2 aguacates
- 1 lima
- 1 d. de ajo
- C/S de aceite de oliva
- C/S de salsa tahina
- 1 c.c. de comino molido
- Sal y pimienta
- Pimentón dulce
- Pan de pita cortado en triángulos
- C/S de sésamo tostado

### ***Elaboración***

Poner los garbanzos con un poco de aceite de oliva y el zumo de lima en un vaso de túrmix, triturar fino, añadir la C/S de ajo, la salsa tahina, el comino y el pimentón dulce, condimentar, triturar de nuevo para que se mezclen todos los sabores.

A continuación, retirar la pulpa de los aguacates, añadir a la preparación anterior la cantidad suficiente de aguacate y triturar fino hasta obtener la textura deseada, en vez de a máquina, se pueden chafar los aguacates en mortero con tenedor. Rectificar todo y reservar en nevera.

Decorar el plato presentado el aguacate en un bol acompañado con triángulos tostados de pan de pita o sobre el pan de pita con pimentón dulce espolvoreado, y un poco de aceite de oliva por encima del humus.



La mejor formación  
está en la calidad

## **MOUSSAKA CON GRATÉN DE QUESO DE CABRA Y CONFIT DE ESPÁRRAGOS VERDES**

### ***Ingredientes***

- 4 berenjenas
- 300 gr. de carne picada de cerdo
- 300 gr. de carne picada de ternera
- C/S de miga de pan
- 2 cebollas de Figueras
- 1 zanahoria
- 1 bote de tomate triturado
- 2 lonchas de jamón dulce
- C/S de queso parmesano rallado
- Rulo de queso de cabra
- Manojos espárragos verdes

### ***Para la Bechamel***

- 30 gr de mantequilla
- 30 gr de harina
- ½ cebolla de Figueras
- ½ l de leche
- Nuez moscada
- Sal y pimienta blanca

### ***Elaboración***

Haremos una bechamel desliendo la mantequilla, cocinar con la cebolla ciselé, añadir la harina, ligar y añadir la leche. Hervir hasta que espese. Rectificar con la cayena, la sal y la pimienta.

Pelar y cortar lonchas de las berenjenas. Poner a “degorger” en agua y sal.

Sofreír la carne, desglasar con la cebolla ciselé y la zanahoria en brunoise y sofreír, añadir el tomate y cocer todo junto, añadir la miga de pan. Reservar.

Forrar un molde rectangular con lonchas de berenjena, añadir una parte de la boloñesa, una capa de jamón dulce, otra parte de boloñesa y cubrir con la berenjena. Verter encima la bechamel y espolvorear parmesano. Gratinar.

Cortar rulo de queso, espolvorear con azúcar moreno y llevar al gratinado o quemar con soplete. Preparar espárragos, llevar a bolsa de vacío, añadir sal y pimienta además de aceite de oliva, cocinar durante 17 minutos, retirar y utilizar para la presentación.



La mejor formación  
está en la calidad

## **CRÊPES SUZETTE CON HELADO DE VAINILLA Y NATA MONTADA**

### ***Ingredientes***

- 60 gr. de mantequilla
- 40 gr. de azúcar
- Zumo de naranja (1 ó 2 naranjas según tamaño)
- C/S de licor triple seco o anaranjado.
- 1 bola se helado de vainilla p.p.
- Masa de crepes
- 1 bric de crema de leche 30% M.G.

### ***Elaboración***

Hacer los crepes y reservar.

Hacer el helado y reservar en congelador.

Montar nata y reservar en nevera.

En una sartén derretir la mantequilla, añadir el azúcar, el zumo de naranja y el licor, diluir y reducir.

Mojar los crepes y poner en el plato en forma de triángulo junto con el helado de vainilla colocado en su interior, regar con su jugo.

Acompañar con una cannel de nata montada.



La mejor formación  
está en la calidad

## **CREMA DE GUISANTES Y PISTACHOS**

### ***Ingredientes***

- *500 gr de guisantes*
- *2 patatas*
- *1 puerro*
- *1 diente de ajo*
- *2 nabos pequeños*
- *500 ml de caldo o agua*
- *200 ml de leche*
- *Menta*
- *Pistachos*

### ***Elaboración***

Limpiar las verduras, en una sartén sofreír el puerro cortado a rodajas cuando empiece a estar transparente añadir las patatas y el nabo cortado en dados tipo brava, a los 2 min bajar el fuego y agregar el caldo y la leche, cocer durante 10 min y agregar los guisantes cocer 8 min mas

Triturar y pasar por el chino

Montar con unos pistachos y una hoja de menta.





La mejor formación  
está en la calidad

## **PATATAS RELLENAS DE BUTIFARRA Y ALL I OLI**

### ***Ingredientes***

- *4 patatas monalisa medianas*
- *1 puerro*
- *2 butifarras*
- *1 butifarra negra*
- *2 zanahorias*
- *Perejil*
- *All i oli*

### ***Para el all i oli***

- *1 yema de huevo*
- *2 dientes de ajo*
- *500ml de aceite*
- *Sal*
- *Unas gotas de limon*

### ***Elaboración***

Limpiar las patatas y hervir, enfriar y reservar.

En una sartén saltear las butifarras sin la tripa, reservar

Sofreír en otra sartén la zanahoria cortada en brunoise durante 2min, agregar el puerro y la cebolla, agregar la butifarra, abrir la butifarra negra y agregar al sofrito, mezclar bien hasta que se deshaga por ultimo, añadir perejil picado

Partir las patatas por la mitad y vaciar la pulpa de patata agregarla a la farsa de butifarra

Rellenar las patatas, cubrir con all i oli y gratinar al horno 180° 3/4 min



La mejor formación  
está en la calidad

## **COPA DE MASCARPONE Y FRESAS**

### ***Ingredientes***

- 300 gr de fresas
- 200 gr mascarpone
- 2 yogures
- 50 g azúcar glass
- Zumo de 3 naranjas (150ml)
- 1 chorro de licor de naranja
- 6-8 bizcochos soletilla

### ***Para el Bizcocho soletilla***

- 3 huevos
- 90g de harina
- 110g azúcar
- Pizca de sal

### ***Elaboración***

En un bol mezclar las fresas con el zumo de naranja y el licor, en otro bol mezclar el mascarpone con los yogures y el azúcar glass, batir con las varillas hasta que quede cremoso

### ***Para el Bizcocho soletilla***

Separar las claras de las yemas, montar las claras a punto de nieve y una pizca de sal

En un bol blanquear las yemas con el azúcar con las varillas eléctricas e ir agregando las claras montadas poco a poco y con suavidad, rellenar una manga disponer en un papel de horno y hornear 175° 15 min

En una copa empapar los bizcochos con el zumo de naranja poner las fresas y la crema mascarpone formando capas



La mejor formación  
está en la calidad

## **TARTIFLETTE TRADICIONAL DE SABOYA**

### ***Ingredientes***

- *1 kg de patatas*
- *200 g de taquitos de bacón ahumado*
- *3 Cebollas*
- *250 g. de queso reblochon de la Saboya o brie*
- *170 g.de nata*
- *50 g.de vino blanco*
- *Aceite*
- *Mantequilla*
- *Pimienta rosa*
- *Romero*

### ***Elaboración***

Limpiamos y pelamos las patatas y las cortamos en rodajas de 1/2 cm. de grosor aproximadamente. Las ponemos en una olla junto con la rama de romero, un poco de sal y las cubrimos con agua fría. Las calentamos y cuando rompa el agua a hervir, las dejamos que se cuezan durante 5 minutos más, momento en el que las retiramos y las dejamos escurrir.

En una sauter con un poco de aceite de oliva, freímos el bacón. Lo escurrimos y reservamos.  
En la misma sauter rehogamos las cebollas eminces.

Untamos una fuente de horno con mantequilla, en el fondo le ponemos el vino blanco, encima ponemos la mitad de las patatas, seguidamente añadimos una capa de cebolla y bacón, añadimos un poco de sal y pimienta, seguidamente añadimos otra capa de patatas y otra de cebolla y bacón. Seguidamente añadimos la nata líquida por encima y por último terminamos distribuyendo nuestro queso cortado a láminas, por toda la fuente, cocemos a 200 ° C. durante 30 minutos.  
Adornamos con unos granos de pimienta rosa y unas hojas de romero.



La mejor formación  
está en la calidad

## **SOLOMILLO DE CERDO CAFÉ DE PARÍS CON ZANAHORIAS VICHY**

### ***Ingredientes***

- 2 solomillos de cerdo bridados
- 50 g. de Fondo oscuro
- 30 g. de nata

#### ***Para la mantequilla café de París:***

- ½ kg. de mantequilla
- 30 de kétchup de tomate
- 30 g. de mostaza Dijon
- 15 g. de alcaparras
- 60 g. de escalonias ciselé
- 25 g. de perejil picado
- 2 g. de mejorana seca
- 3 g. de eneldo
- 3 g. de romero
- 3 g. de tomillo
- 5 hojas de estragón
- Un diente de ajo pequeño
- 4 filetes de anchoas
- 1 c.c de brandi
- 1 c.c de oporto
- 1 c.c. de salsa Worcestershire
- 1 c.c de pimentón
- 1 c.c de curry
- 3 g. de pimienta negra molida
- El zumo de medio limón
- La piel rallada de ¼ de naranja
- La piel rallada de ¼ de limón
- Una pizca de cayena
- 6 g. de sal

#### ***Para las zanahorias vichy:***

- 200 gr. de zanahorias
- 4 gr. Azúcar
- 20 gr. mantequilla
- Agua de vichy y sal

### ***Elaboración***

#### ***Para la mantequilla café de París:***

Poner todos los ingredientes, menos la mantequilla, en un recipiente tapado toda la noche a temperatura ambiente para que tenga lugar una ligera fermentación. Triturar todo, mezclarlo con la mantequilla pomada, hacer rulos y guardar en nevera.

#### ***Para el solomillo:***

En una sauter marcamos los solomillos por ambas caras, y terminamos cocción en el horno tapado con papel de aluminio procurando que no se quemen los jugos que suelte. Desglaseamos con brandi, evaporar y mojar con el fondo y la nata, reducir a la mitad y añadir fuera del fuego 40 g. de mantequilla.



La mejor formación  
está en la calidad

## **PANA COTTA DE QUESO FRESCO CON COULIS DE MANGO**

### ***Ingredientes***

#### ***Para el Pannacotta***

- 200 gr. de queso fresco
- 400 gr. de crema de leche
- Piel de 1/2 limón
- 150 gr. de azúcar
- 1 c.c. de vainilla líquida
- 3 hojas de gelatina

#### ***Para el Culis***

- 1 mango
- 200 ml. de agua
- 200 gr. de azúcar
- Zumo de 1/2 limón

### ***Elaboración***

#### ***Para el Pannacotta***

Hidratamos las hojas de gelatina y reservar.

Pondremos a reducir a la mitad la crema de leche a fuego suave con la piel de limón. En último momento disolvemos el azúcar hasta su total disolución y deshacemos las hojas de gelatina. Retirar la piel de limón. Añadir el queso fresco triturado con un poco de la crema de leche reducida y mezclar con la preparación anterior. Colocar en molde de flanera y dejar enfriar en refrigerador unas 2 horas. Desmoldar y colocar en plato.

#### ***Para el Culis***

Preparar un almíbar con el agua y el azúcar. Enfriar y añadir el zumo de limón.

Pelar la fruta y triturar con el almíbar. Colar repetidamente y reservar.

Decorar la pana cota



La mejor formación  
está en la calidad

## **SPAGHETTI A LA MARINERA**

### ***Ingredientes***

#### ***Para la pasta***

- 400 gr de harina
- 4 huevos
- Sal

#### ***Para la salsa***

- 4 langostinos
- 250 gr de berberechos
- 500 gr de mejillones
- 6 tomates maduros
- 150 ml de vino blanco seco
- 2 ajos
- Aceite de oliva
- Pimienta
- 1 guindilla
- Perejil y albahaca

### ***Elaboración***

En un cuenco mezclamos la harina con los huevos y la sal. Amasamos hasta que no se pegue. Estiramos la masa pasándola por la maquina empezando por la anchura máxima y reduciendo el grosor a cada pasada. La cortamos como spaghetti. Espolvoreamos con harina de arroz para que no se peguen. Los colgamos de un palo de escoba o los guardamos con harina. Cocemos la pasta en agua hirviendo 2 min. Mejor no enfriar la pasta y cocerla al momento.

#### ***Para la salsa***

Limpiamos bien los berberechos y los mejillones. Pelamos los langostinos.  
En una olla con agua hirviendo escaldamos el tomate. Lo pelamos y lo cortamos.

Salteamos las cabezas de langostinos en una sartén con un poco de aceite de oliva. Reservamos. En la misma sartén sofreímos los ajos chafados y la guindilla. Añadimos el tomate y lo salteamos. Añadimos los mejillones y los berberechos. El vino blanco y tapamos. Chafamos las cabezas de langostinos. Añadimos el jugo y los langostinos a la salsa. Espolvoreamos perejil y albahaca picados. Juntamos la pasta recién cocida al dente y removemos para que se mezclen los sabores.



La mejor formación  
está en la calidad

## **DORADA CON OLIVADA, PESTO Y QUESO BRIE**

### ***Ingredientes***

- *4 lomos de dorada*
- *Queso brie*
- *3 patatas*

### ***Para la olivada***

- *50 gr de aceitunas negra*
- *1 anchoa*
- *1 ajo escaldado*
- *1 c.s. de miel*
- *50 ml de vinagre*
- *100 ml de aceite*
- *Hojas de albahaca*
- *Sal y pimienta*

### ***Para el Pesto verde***

- *12 hojas de albahaca*
- *1 diente de ajo*
- *10 gr de piñones*
- *10 gr de parmesano*
- *100 ml de aceite de oliva*

### ***Elaboración***

Limpiamos la dorada y obtenemos 2 lomos.

Salpimentar y rellenar con la olivada y unos dados de queso brie.

Enrollar sobre si misma atando con hilo de bridar si es necesario.

Colocar en bandeja de horno y hornear unos 8 minutos a 200 °C

Cocer las patatas de la manera habitual. Parar cocción y pasar por pasapurés. Aderezar con un poco de pesto y reservar

Majar todos los componentes de la olivada en mortero, añadir el aceite al hilo y emulsionar. Reservar en frío

Escaldar las hojas de albahaca y los ajos. Majar en mortero todos los ingredientes. Añadir el aceite al hilo y emulsionar

Colocar una base de puré de patata y disponer encima la dorada.

Decorar con unas puntas de pesto y olivada.



La mejor formación  
está en la calidad

## **MOUSSE DE MANGO CON CRUMBEL DE ESPECIAS Y FRESITAS DEL BOSQUE**

### ***Ingredientes***

#### ***Para la Mousse***

- 2 mangos
- Azúcar
- ½ litro de nata montada
- 2 hojas de gelatina.

#### ***Para el Crumble de especias***

- 100 r de almendra en polvo
- 80 gr. de mantequilla fría
- 85 gr. de harina
- 100 gr. de azúcar
- 6 gr. de canela molida
- 2 gr. de nuez moscada
- 1 g de clavo de olor
- 1 gr. de cardamomo
- 1 gr. de pimienta molida (blanca)
- 2 gr. de jengibre en polvo

#### ***Decoración***

- Fresitas del bosque o similar
- Hojas de menta

### ***Elaboración***

Pelar, cortar y cocinar lentamente el mango junto con el azúcar, cuando tenga textura de confitura, añadimos la gelatina hidratada y turmizamos.

Montar la nata y mezclar con el culí de mango, verter en copa y reservar en nevera hasta el servicio.

Mezclar todos los ingredientes del crumble y amasar mediante arenado un poco grueso, romper los trozos más grandes. Poner en bandeja de horno, 160° durante 15 minutos. Retirar y dejar enfriar.

Presentaremos en copa o en canel acompañada del crumble de especias, las fresitas y las hojas de menta.





La mejor formación  
está en la calidad

## SALTIMBOCA DE CALAMARES

### *Ingredientes*

- 8 calamares medianos
- 2 cebollas
- 4 tomates
- Lonchas de jamón
- Hojas de salvia
- Fondo de ave moreno
- Harina
- 100 ml Vino blanco

### *Para el fondo*

- 2 carcasas de ave
- 2 cebollas
- 2 zanahorias
- 1 rama de apio
- Hojas de laurel
- Agua

### *Elaboración*

Limpiar los calamares, abrir por la mitad y entallar.

Rellenar con una loncha de jamón y una hoja de salvia.

Enrollar y saltear unos 3 minutos en aceite.

Retirar y añadir la cebolla ciselée. Sofreír unos 45 minutos e incorporar el tomate case. Secar unos 15 minutos, añadir los calamares, espolvorear con harina. Cocer 5 minutos y reducir el vino. Mojar con el fondo, llevar a ebullición y reducir fuego. Tapar y cocer a fuego bajo unos 45 minutos,

Ajustar de sazón y servir

### *Para el fondo*

Pelar y cortar las verduras en macedonia. Dorar al fuego unos 15 minutos

Tostamos las carcasas al horno a 220 °C hasta que adquieran color. Desgrasamos y colocamos sobre las verduras

Cubrir con agua y dejar cocer a fuego suave 45 minutos.

Colar y desgrasar.



La mejor formación  
está en la calidad

## **RISOTTO DE MAGRET DE PATO**

### ***Ingredientes***

- *½ magret d epato*
- *50 gr de frambuesas*
- *100 gr de queso mascarpone*
- *200 gr de arroz carnoglio o arborio*
- *2 cebollas*
- *2 zanahorias*
- *700 ml Caldo de verduras*
- *100 ml de vino blanco*

### ***Para el Caldo de verduras***

- *2 cebollas*
- *2 zanahorias*
- *2 ramas de apio*

### ***Elaboración***

#### ***Para el Caldo de verduras***

Pelar y cortar las verduras en macedonia. Rehogar unos 10 minutos y doblar su peso en agua. Mantener en cocción baja sin tapar unos 45 minutos. Colar y reservar

#### ***Para el rissoto***

Entallar la grasa del magret y colocar a fuego muy bajo por la parte de la grasa.

Pelar las verduras y cortar en ciselée.

Rehogar con la grasa de pato unos 30 minutos. Agregar el arroz y rehogar 2 minutos. Reducir el vino y agregar un tercio de caldo. Remover continuamente hasta que el líquido haya sido absorbido por completo. Repetir operación por segunda vez.

Incorporar al final el último tercio de caldo, el magret de pato en macedonia y el queso.

Mezclar, ajustar de sazón y comprobar la cocción del arroz.

Cuando esté al dente, agregar las frambuesas y dejar reposar 2 minutos. Servir



La mejor formación  
está en la calidad

## **PANNA COTTA DE TURRON Y CACAO**

### ***Ingredientes***

#### ***Para la panna cotta***

- 100 gr de turrón de jijona
- 20 gr de cacao
- ½ l de crema de leche de 35 %
- 3 hojas de gelatina

#### ***Para los bizcochos de soletilla***

- 3 huevos
- 90g de harina
- 110g azúcar
- Pizca de sal

### ***Elaboración***

#### ***Para los bizcochos de soletilla***

Separar las claras de las yemas, montar las claras a punto de nieve y una pizca de sal  
En un bol blanquear las yemas con el azúcar con las varillas eléctricas e ir agregando las claras montadas poco a poco y con suavidad, rellenar una manga disponer en un papel de horno y hornear 175° 15 min  
En una copa empapar los bizcochos con el zumo de naranja poner las fresas y la crema mascarpone formando capas

#### ***Para la panna cotta***

Hidratamos las hojas de gelatina  
Llevamos ebullición la nata, reduciremos fuego y deshacemos el turrón y disolvemos el cacao. Mantenemos unos 15 minutos a fuego suave, retiramos e incorporamos la gelatina previamente humedecida.  
Mezclamos y colocamos en la copa de servicio con una base de melindro.



La mejor formación  
está en la calidad

## **INVOLTINI DE TERNERA CON GÍRGOLAS Y GORGONZOLA**

### ***Ingredientes***

- *400 gr. de bistec de ternera cortado finito*
- *100 gr. de gírgolas*
- *75 gr. de gorgonzola*
- *100 gr. de polenta*
- *1 cebolla*
- *1 copita de vino blanco*
- *100 gr. de nata*
- *Sal, pimienta y estragón fresco*
- *Aceite de oliva*
- *100 gr. de harina*

### ***Elaboración***

Limpiar las gírgolas y secarlas con papel de cocina. En una paella con un poco de aceite de oliva marcarlas por los dos lados, consiguiendo una crosta dorada. Reservar a en un plato para que se enfríen. Después cortar a juliana finita y mezclar con el queso gorgonzola.

Estirar los bistecs y espalmarlos para que queden bien finos. Poner sal y pimienta y un poquito de relleno de setas. Enrollar. Pinchar con un palillo y pasar por harina. Doramos los rollitos en una paella con poco aceite procurando que no se quemé la harina. Retiramos los rollitos y desglasamos con vino blanco. Una vez reducido el alcohol juntamos el jugo restante con la carne. Preparamos un pochadito de cebolla picada. Cuando la cebolla este transparente le añadimos la nata, el estragón, la carne y sus jugos y los dejamos reducir a la mitad.

Cocemos la polenta en agua hirviendo. Añadimos la polenta poco a poco y dejando que vaya espesando. Podemos añadir un poco de parmesano. Rectificamos de sal. Debe quedar como un puré de patata espeso pero sin grumos. Reservamos en una placa de horno pequeña forrada con papel de horno. Dejamos enfriar y desmoldamos. Cortamos a lonchas y freímos en una sartén bien caliente.



La mejor formación  
está en la calidad

## TIRAMISÚ

### ***Ingredientes***

- 15 Melindros
- 5 cafés largos
- 1 chorrito de amareto y o vino de marsala

### ***Para la Crema de mascarpone***

- 500gr. de Mascarpone
- 4 yemas
- 150 gr. de azúcar

### ***Elaboración***

#### ***Para la Crema de mascarpone***

Blanqueamos las yemas con el azúcar. Añadimos el mascarpone y seguimos batiendo con las varillas. Si queremos que la masa quede más suave podemos incorporar la claras montadas con 100gr. de azúcar.

Mojamos los melindros con café y los colocamos en una bandeja. Encima ponemos la crema de mascarpone y espolvoreamos cacao.



La mejor formación  
está en la calidad

## **TARTELETA DE PURE DE LENTEJAS Y PANCETA CON MIEL Y MOSTAZA**

### ***Ingredientes***

- *Masa de empanada*
- *150 gr de lentejas*
- *1 cebolla*
- *1 zanahoria*
- *2 yemas de huevo*
- *80 ml de nata*

### ***Para la panceta***

- *Caldo de ave*
- *2 c.c.de mostaza antigua*
- *1 c.s. de tomillo fresco*
- *1 c.s.de romero fresco*
- *2 c.s. de miel*
- *2 lonchas de panceta fresca*

### ***Elaboración***

Colocamos la masa de las empanadillas en un molde de muffins engrasado, pintamos con aceite y horneamos a 180° C unos 10 minutos. Retiramos y reservamos

Limpiamos y pelamos las verduras en brunoise.

Rehogamos unos 20 minutos en un poco de aceite y agregamos las lentejas.

Cubrimos con agua fría, tapamos y dejamos cocer hasta que estén tiernas.

Turnizamos el conjunto con las yemas de huevo y la crema de leche. Salpimentamos y rellenamos los moldes.

Horneamos unos 10 minutos y decoramos con los dados de panceta

Cocer la panceta unos 10 minutos en el caldo.

Retiramos y pintamos con el marinado. Dejamos reposar 2 horas.

### ***Al pase***

Cortamos la panceta en macedonia y salteamos 2 minutos a fuego alto.

Colocar sobre las lentejas



La mejor formación  
está en la calidad

## **BACALAO CON PESTO ROJO**

### ***Ingredientes***

- 4 filetes de bacalao de ración
- 2 cebollas
- 2 huevos
- ½ l de leche
- 200 ml de crema de leche de 35%
- 40 gr de harina
- 30 gr de harina
- Pan rallado

### ***Pesto rojo***

- 50 ml de aceite
- 1 c.s.de tomate concentrado
- 1 diente de ajo
- 20 gr de parmesano

### ***Elaboración***

Cocer los huevos de la manera habitual. Parar cocción, pelar y picar. Mezclar con el pan rallado. Pelar y cortar la cebolla en ciselée. Rehogar unos 45 minutos y reservar

Mientras preparar la bechamel con la mantequilla y la harina, incorporando la leche y la crema de leche caliente poco a poco. Ajustar de sazón y consistencia y mezclar con la cebolla. Reservar.

Preparar el pesto emulsionando todos los ingredientes con el ajo escaldado

### ***Montaje***

Colocar una base bechamel. Disponer encima el bacalao y cubrir con el pesto y un poco más de bechamel. Espolvorear con el huevo y el pan rallado. Hornear unos 8 minutos a 180 °C.



La mejor formación  
está en la calidad

## **BIZCOCHO DE CHOCOLATE Y MASCARPONE**

### ***Ingredientes***

- 3 huevos
- 80 gr de azúcar
- 150 ml de crema de leche de 35%
- ¼ kg de mascarpone
- 50 gr de cobertura de chocolate
- 20 gr de cacao en polvo
- 40 gr de almendras troceadas
- 40 gr de licor de avellanas

### ***Para el Crumble***

- 50 gr de mantequilla
- 50 gr de azúcar
- 10 gr de cacao
- 75 gr de harina.

### ***Elaboración***

#### ***Para el Crumble***

Tamizamos la harina con el cacao, añadimos el azúcar y la mantequilla en dados.  
Arenamos hasta obtener una masa granulosa. Refrigeramos unos 30 min y horneamos a 180 °C unos 8 minutos  
Retirar y enfriar.

#### ***Para el bizcocho***

Batimos las yemas con la mitad del azúcar.  
Batimos la nata con el mascarpone y agregamos cortando a la preparación anterior. Incorporamos el cacao, el chocolate troceado y las almendras. Mezclamos con cuidado y aromatizamos con el licor.  
Montamos las claras con el azúcar restante e incorporamos cortando a la preparación anterior.

Colocamos en tazas de café con leche y horneamos al baño maria unos 30 minutos a 180 °C.

Retiramos y dejamos enfriar. Decorar con el crumble y azúcar lustre.





La mejor formación  
está en la calidad

## **LENGUADO A LA MEUNIERE**

### ***Ingredientes***

- *1 lenguado*
- *2 cucharadas de aceite de oliva.*
- *80 gr de mantequilla*
- *Zumo de 1 limón*
- *1 cucharadita de perejil picado.*
- *1 pizca de jugo de carne (parecido al asado de un pollo).*
- *Harina.*
- *Sal y pimienta.*

### ***Elaboración***

Limpiamos el lenguado desescamándolo y quitándole la cabeza, manteniéndolo con la piel. Sazonar el lenguado por sus dos caras y enharinar.

Cortamos la mantequilla a dados y la fundimos con un poco de aceite. Cuando espume, añadir el lenguado por el lado de la piel, rociando con la grasa por encima. Transcurridos unos minutos, dar la vuelta y dejar que se haga por el lado blanco, hasta que los lomos se despeguen fácilmente de la espina. Retirar y reservar.

Añadir el zumo de limón y dejar que reduzca al fuego, ligando y espesando el jugo. Rascar el fondo para despegar el tostado que pueda haber quedado en la sartén, añadir el jugo de carne, las nueces de mantequilla fresca, espolvorear con abundante perejil y un poco de sal y pimienta y rociar el lenguado recién hecho.



La mejor formación  
está en la calidad

## **ESCALOPINES AL MARSALA**

### ***Ingredientes***

- *1 filete de cerdo*
- *100 gr. de champiñones*
- *1 cebolla*
- *200 ml. de vino de marsala u otro vino dulce similar*
- *1/4 l. de fondo de carne*
- *20 gr. de roux negro*
- *40 gr. de pasas*
- *Sal y pimienta*

### ***Para la guarnición***

- *2 chalotes*
- *100 gr. de arroz largo*
- *1/4 l de caldo de ave o agua*
- *Sal, pimienta y nuez moscada*

### ***Elaboración***

Marcaremos el filete en la parrilla 4 minutos para sellar poro. Retirar, desgrasar y salpimentar.

Filetear en eminces bien finos.

Cortaremos la cebolla en brunoise y rehogaremos hasta que esté cristalina. Subiremos fuego para tostarla y añadimos los champiñones cortados en brunoise. Secaremos bien, añadimos el vino y dejamos reducir un 75%.

Añadimos el fondo y mantenemos a fuego medio unos 5 minutos. Pasaremos por el chino, colocamos de nuevo en la chatosa y ligamos con el roux. Salpimentamos y añadimos las pasas.

En últimos momentos añadimos la carne y mantenemos unos 5 minutos.

Servir de inmediato acompañando con el arroz.

### ***Para la guarnición***

Cortaremos la chalote en brunoise, rehogamos hasta que esté cristalina evitando que adquiera color. Añadimos el arroz bien pasado por agua fría y anacaramos durante unos 10 minutos. Añadimos el agua caliente, salpimentamos, perfumamos con la nuez moscada y coceremos tapado unos 8 minutos hasta que el agua haya evaporado y el arroz esté cocido y seco. Podemos acabar con un poco más de mantequilla



La mejor formación  
está en la calidad

## **ROSSEJAT DE FIDEOS VERDES COCINADOS EN SU “ ALL I OLI” CORTADO**

### ***Ingredientes***

- *Fideos del 0*
- *Aceite de girasol*
- *Sepia*
- *2 colas de gamba*
- *1 d. de ajo*
- *1 cebolla de Figueras*
- *125 gr de tomate triturado*
- *Aceite de oliva*
- *Sal*

### ***Para el Fumet***

- *Bresa de verduras*
- *Pecado de roca*
- *Retales de marisco y otros*

### ***Para la Picada de color***

- *C/S de hojas de albahaca*
- *C/S de hojas de perejil*
- *C/S de hojas de espinacas tiernas*
- *1 ó 2 d. de ajo*
- *Aceite de oliva*

### ***Elaboración***

Dorar los fideos en una paella, retirar y reservar, en esa misma paella dorar el pescado, retirar y reservar, seguidamente dorar un diente de ajo pelado, retirar y reservar, a continuación añadir la cebolla ciselé y rehogar a fuego suave, cuando esté en su punto, añadir el tomate y cocinar, en su punto retirar y reservar, devolver los fideos a la sartén vacía, añadir la C/S de sofrito y mezclar, añadir el pescado y mezclar, condimentar ligeramente y reservar.

En un mortero, poner sal, añadir ajo cortado emincé, chafar bien, añadir aceite de oliva al hilo, emulsionar para ligar una salsa. Reservar.

Cortar el all i oli con la C/S de fumet, para añadirlo a la cocción desde un principio.

Lavar, cortar y cocinar la bresa de verduras en una olla, añadir el pescado limpio, cocinar un momento, añadir la C/S de agua, hervir a fuego suave y espumar durante 20 minutos, colar, reservar.

Hacemos la picada acondicionar las hojas de los vegetales, llevar a vaso de túrmix, añadir ajo cocinado anteriormente más otro, de tamaño adecuado, para añadir picante, añadir C/S de aceite de oliva, añadir C/S de fumet de pescado, mixar, condimentar y reservar. Mojar los fideos con esta preparación desde un principio junto con el all i oli cortado para cocinarlos.



La mejor formación  
está en la calidad

## **COSTILLAS DE CERDO EN SALSA OSCURA CON PATATA HASSELBACK Y HIERBAS MEDITERRÁNEAS**

### ***Ingredientes***

- 2 ó 3 costillas de cerdo p.p
- 2 espárragos p.p
- 1 patata p.p
- C/S de perejil
- C/S de orégano
- Sal y pimienta

#### ***Para la marinada de las costillas***

- 1 C.S. de miel
- 1 ½ C.S de mostaza
- 1 C.S de Soja (Opcional)
- C/S de aceite de oliva
- Sal y pimienta negra molida

#### ***Para el Confitado***

- 2 d. de ajo con piel
- C/S de romero
- C/S de tomillo
- C/S de aceite de oliva

### ***Elaboración***

Elaborar la marinada, mezclar la parte indicada de cada ingrediente, reservar para aliñar las costillas.

Condimentar bien las costillas y pintar con su salsa en una bandeja de horno precalentada. Llevar las costillas al horno precalentado a 200°, poner en la parte más baja y hornear, a media cocción bajar temperatura a 180° dejando que alcancen su punto óptimo de cocción. Retirar y volver a pintar con la salsa para llevar al plato.

Hervir los espárragos 4 minutos en agua con sal, retirar, llevar a agua bien fría para preservar cocción y color, escurrir y cocinar en sartén de rejilla para marcarlos como a la brasa

Lavar bien las patatas, poner sobre madera de corte, poner un palillo chino o un tope a cada lado para realizar los cortes característicos, salpimentar y condimentar con perejil y orégano, envolverlas en papel de aluminio sin tapar del todo, regar con el aceite del confitado, llevar al horno precalentado y durante la cocción, regar un poco más con el aceite del confitado de hierbas, retirar cuando la patata esté en su punto, condimentar con perejil y orégano picados. Llevar al plato.



La mejor formación  
está en la calidad

## **COPA DE YOGUR GRIEGO SOBRE GELATINA DE LICOR Y FRESAS**

### ***Ingredientes***

- 2 yogures griegos
- 1 bote de leche de coco
- 300 gr de fresas del tiempo
- C/S de licor moscatel o similar
- 2 C.S de azúcar blanquilla
- 2 hojas de gelatina neutra
- Hojas de menta
- C/S de azúcar moreno

### ***Elaboración***

Lavar, cortar a la mitad en longitudinal y poner las fresas en un bol, espolvorear con azúcar y regar con el licor, dejar madurar. En su momento separar el jugo de las fresas y colar. Separar una cantidad determinada de fresas para decorar y otra para elaborar la gelatina de fresas.

Triturar la mitad de las fresas junto con el jugo obtenido, llevar a un cazo y calentar a temperatura indicada, añadir gelatina hidratada y diluir bien, verter en copa de presentación y añadir fresas reservadas procurando que queden cubiertas con la gelatina, dejar enfriar en nevera.

Una vez que la gelatina esté bien adherida a los bordes de la copa, mojar los bordes de la copa en agua, mojar después en azúcar moreno,

Mezclar 2 CS de leche de coco con el yogur, reservar.

Recuperar copa de fresas gelatinizadas, añadir C/S de yogur con coco, decorar con hojita de menta.



La mejor formación  
está en la calidad

## **FIDEUA “NEGRA”**

### ***Ingredientes***

- 400g de fideos n1
- 1 sepia
- 400g de gambas peladas
- 12 mejillones
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 1 ajo
- 1 cebolla morada
- 4 tomate rallados
- 1 ¼ de fumet de pescado
- 1 sobre tinta de calamar

### ***Elaboración***

Preparar todos los ingredientes, cortar la sepia en dados las verduras en brunoise y el ajo muy picado.

Hornear los fideos a 130º, volteando continuamente hasta que estén rosados

En una paella con aceite de oliva sofreir la sepia cuando esté añadiremos las gambas peladas, sofreir 2/3 minutos mas y reservar

En la misma paella sofreir los pimientos y la cebolla añadir el tomate rallado y finalmente el ajo, agregar la sepia ,las gambas y los fideos, añadir el caldo hirviendo, cocer 12 min y terminar al horno 4 min mas.

Abrir los mejillones al vapor y ponerlos en la fideua ya hecha.



La mejor formación  
está en la calidad

## **FILETE DE DORADA CON VERDURAS, PATATAS PANADERA Y CHERRYS CAMELIZADOS**

### ***Ingredientes***

- *4 filetes de dorada*
- *2 o 4 patatas según tamaño*
- *1 vaso de vino blanco*
- *1 zanahoria*
- *½ calabacín*
- *1 cebolla*
- *1 pimiento rojo*
- *8 tomates cherry*
- *Sésamo*
- *100g de azúcar*

### ***Elaboración***

Pelar y cortar las patatas en laminas tipo panadera junto con el vino y un buen chorro de aceite, hornear 20 min a 170° bajamos temperatura a 150° otros 10min mas aprox.

En una sartén salteamos las verduras por separado y cortadas a juliana  
Cuando estén las patatas poner los filetes de dorada encima y hornear 10 min

En un cazo hacer el caramelo pinchar los tomates con un palillo, bañar los tomates y rebozar con el sésamo.



La mejor formación  
está en la calidad

## **BUÑUELOS DE MANZANA**

### ***Ingredientes***

- 500g de harina
- 2 manzanas
- 150g de azúcar
- 100ml de anís
- 1 pizca de sal
- 3 huevos
- 1 limón
- 50g de mantequilla
- 150ml de leche
- 15g de levadura royal
- 4 cucharaditas de matalafulla
- Aceite para freír

### ***Elaboración***

Mezclar todos los ingredientes dejando para el final la harina tamizada y la levadura, seguimos amasando hasta tener una masa homogénea.

Freír en abundante aceite en un recipiente hondo con la ayuda de 2 cucharas o una manga pastelera.  
Pulverizar con anís y rebozar en azúcar y canela.





La mejor formación  
está en la calidad

## **RISOTTO DE MOIXERNONS Y VERDURAS**

### ***Ingredientes***

- 400 g. moixernons.
- 200 g. de arroz bomba.
- 2 alcachofas.
- 2 dientes de ajo.
- 1 zanahoria.
- 1 cebolla.
- 750 ml. de caldo de ave
- 1 pimiento verde.
- 1-2 c.s. de parmesano rallado.
- Sal.
- Pimienta.

### ***Elaboración***

Picar los dientes de ajo y dorarlos, cortar la cebolla y la zanahoria en brunoise y rehogarlas durante 10 minutos, incorporar las alcachofas cortadas en juliana y el pimiento verde cortado en brunoise.

Cocinar a fuego lento hasta que todas las verduras estén tiernas.

Incorporar el arroz y rehogarlo durante un par de minutos.

Ir añadiendo poco a poco el caldo caliente sin dejar de remover durante 15-18 minutos a fuego lento.

Retirar de fuego, añadir el parmesano mientras se va removiendo hasta que quede ligado y ajustar de sal y pimienta.

Saltear en una sartén con un poco de aceite los moixernons y ponerlos en el arroz



La mejor formación  
está en la calidad

## **ARROZ DEL SENYORET**

### ***Ingredientes***

- 80 g. de arroz bomba por persona

#### ***Para el Fondo de cocción***

- 600 g. de fondo de ave
- 600 g. de fondo moreno
- 600 g. de fondo rojo

#### ***Para el Sofrito paella:***

- 150 g. de cuello de cerdo
- 150 g. de pollo
- 200 g. de sepia
- 250 g. de cebolla
- 40 g. de pimiento verde
- 2 ajos
- 150 g. de tomate TPM
- Aceite de oliva

#### ***Para la Picada:***

- 2 ajos
- 2 ñoras remojadas y peladas
- 20 hebras de azafrán
- 50 g. de aceite de oliva
- 200 ml. de agua

#### ***Para la Guarnición servicio:***

- 3 alcachofas cocidas a la inglesa
- 60 g. de guisantes cocidos a la inglesa
- 1/2 pimiento rojo escalibado cortado en macedonia
- 60 g. de judía verde cocida a la inglesa
- 10 colas de gamba peladas
- 10 mejillones abiertos al vapor
- 1 medallón de rape, opcional

### ***Elaboración***

Hervir los ingredientes del fondo todo junto para homogeneizarlo.

Cortar la carne y la sepia en macedonia y dorar por separado, dorar lentamente la cebolla ciselée y el pimiento en bruinoise, añadir el ajo bruinoise y dejar desarrollar el aroma, incorporar el tomate TPM y dejar cocer lentamente hasta evaporar toda el agua y se seque.

Anacarar el arroz con el sofrito y mojar con el fondo caliente, añadir la picada y a los 5 minutos añadir las hortalizas de la guarnición, rectificar de sal y acabarle cocción en el horno. 2 minutos antes de terminar cocción, disponer el pescado y el marisco por encima. Dejar reposar 3 minutos.



La mejor formación  
está en la calidad

## PLUM CAKE DE PLÁTANO

### ***Ingredientes***

- 75 g. de mantequilla
- 90 g. de azúcar moreno o blanco
- 2 huevos
- 120 g. de harina
- 8 g. de impulsor
- 200 g. de plátanos
- 13 g. de ron
- 1 cucharada de miel
- 30 g. de mantequilla

### ***Para el streudel***

- 20 g. de harina
- 20 g. de harina de almendra
- 20 g. de azúcar glas
- 20 g. de mantequilla
- Pizca sal

### ***Elaboración***

Partimos los plátanos por la mitad y los caramelizamos con el azúcar y la miel durante 1 minuto.

Crema la mantequilla pomada con el azúcar, añadir los huevos de uno en uno, el ron y la harina tamizada con el impulsor y finalmente los plátanos cortados en macedonia.

Cocer en molde cake, encamisado, a 160 ° C. durante 35 a 40 minutos.

Trabajar todos los ingredientes del streudel por el método de arenado, colocar encima del cake y cocer.



La mejor formación  
está en la calidad

## **RISOTTO VERDE CON GAMBA ROJA**

### ***Ingredientes***

#### ***Para el risotto***

- 600 gr. fondo verduras.
- 600 gr. de fondo ave
- 320 gr. de arroz bomba
- 40 gr. de parmesano rallado
- 10 gambas

#### ***Para el sofrito***

- 300 gr. de cebolla ciselée
- 1 ajo ciselée
- Aceite de oliva

#### ***Para la 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

#### ***Para el 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***

Haremos el sofrito rehogando la cebolla sin que tome color, cuando esté muy tierno, añadir el ajo y rehogar, rectificar de sazón y reservar.

Juntar todos los ingredientes de la picada en un vaso de túrmix y triturar hasta dejar muy fino. Reservar.

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

Anacarar el arroz con el sofrito, mojar poco a poco con el fondo y cocinar como risotto. Al finalizar añadir la picada y el parmesano, cocer dos minutos y reposar. Mantecaremos con la demi-glace montada con mantequilla, saltearemos las gambas y emplataremos en sopero con base de arroz y las gambas salteadas.



La mejor formación  
está en la calidad

## **CALAMARES RELLENOS DE CONEJO RUSTIDO Y SETAS CON SOFRITO DE TINTA**

### ***Ingredientes***

- 400gr de calamares frescos de tamaño medio grandes.
- Aceite de oliva.
- Romero fresco.

#### ***Para el Relleno.***

- ½ medio conejo partido a cuartos.
- 1 cebolla grande.
- 1 vaso de vino rancio.
- 250ml de caldo de ave.
- 300gr de setas ( moixernons, ceps, rosinyols...)
- Sal/ pimienta.
- Hierbas aromáticas frescas ( tomillo, romero, orégano)

#### ***Para el Sofrito.***

- Patas y aletas de calamar
- 300gr de tomate maduro. t.p.m
- 1 cebolla dulce.
- 1 bolsa de tinta.
- Vino blanco.
- 100gr de fumet.

### ***Elaboración***

Limpiar el calamar, reservando las patas y para el sofrito.

Dorar el conejo a cuartos en una sote, retirar, añadimos la cebolla brunoise y la rehogamos, añadimos las hierbas frescas, incorporamos las setas brunoise, seguimos rehogando, volvemos a introducir el conejo, alargamos con un poco de vino, cubrimos con el caldo y cocemos tapado rectificando de sabor, lo dejaremos a fuego lento unos 30 mn.

Cuando esté desmenuzando el conejo atemperado y picarlo con el cuchillo, mezclarlo de nuevo con la cebolla y las setas. Rellenaremos los calamares y los reservaremos en frío.

Sofreímos la cebolla en brunoise y cuando empiece a tomar color añadiremos las patitas y aletas bien picados, cuando todo esté bien sofrito, tiramos el vino blanco que reduzca y añadimos el tomate t. p.m, lo dejaremos sofreímos bien, le tiraremos la bolsa de tinta, alargaremos con el fumet y dejaremos que reduzca rectificando de sabor. Reservaremos.

Marcamos a la plancha los calamares, emplataremos con un poco de sofrito.



La mejor formación  
está en la calidad

## **TARTELETA DE CREMA DE LIMA Y MERENGUE.**

### ***Ingredientes***

#### ***Para la masa sablè.***

- 120gr de azúcar.
- 112gr de mantequilla
- 11gr de levadura de sobre.
- 60gr de yemas.
- 170gr de harina.
- Ralladura de lima.
- Pizca de sal.

#### ***Para la Crema de lima.***

- Ralladura de 3 limas.
- Zumo de 4 limas.
- 2 huevos.
- 150gr de azúcar.
- 50gr de maicena.
- 350gr. de agua.

#### ***Para el Merengue.***

- 5 claras de huevo.
- 50gr de azúcar glassè.

### ***Elaboración***

Integramos a mano los la harina, la levadura, la sal y la ralladura con la mantequilla pomada hasta que quede bien suelto todo, le añadimos las yemas batidas con el azúcar y mezclamos bien hasta integrar bien la masa, no debemos amasar mucho para no generar gluten. Hacer una bola y filmarla, reservar en frio 15 min.

Estiraremos la masa sobre 2 papeles de horno. Encamisar un molde tipo tartaleta y lo cubriremos de masa. Pincharemos la base para que no suba y le pondremos algún peso. Coceremos en blanco 180° unos 10-12 min.

#### ***Para la Crema de lima.***

Integramos bien batiendo, los huevos, el azúcar, el zumo de lima y la ralladura. Lo añadimos todo al agua y mezclamos, por ultimo disolvemos la maicena en un poco de ese mismo agua fría, la añadimos, lo llevamos al fuego y vamos removiendo hasta que espese, a unos 85°, cuando esté, lo reservaremos en frio hasta que estabilice.

#### ***Para el Merengue.***

Montaremos las claras con varillas eléctricas, cuando estén semimontadas iremos añadiendo el azúcar glassè en 2 o tres tandas, hasta acabar de montar. No reservar, trabajar directamente una vez estén a punto de nieve.

#### ***Acabado.***

Sacar la masa del molde, rellenar de crema de lima, volver al frio si fuese necesario y por ultimo pondremos el merengue en manga decoraremos por encima, les pasaremos un soplete para caramelizar.



La mejor formación  
está en la calidad

## **ESPAGUETIS CON CREMA DE MARISCO**

### ***Ingredientes***

#### ***Para la pasta***

- 250 gr de harina
- 2 huevos
- Sal y pimienta
- 50 ml de aceite oliva

#### ***Para la salsa***

- 18 gambas
- 125 gr de atún en aceite
- ¼ kg de berberechos o almejas
- 4 dientes de ajo
- ¼ l de crema de leche de 35%
- 100 ml de vino
- 100 ml de aceite de oliva
- Sal, pimienta
- Nuez moscada
- Laurel

### ***Elaboración***

#### ***Para la pasta***

Tamizamos la harina con la sal y la pimienta. Batimos los huevos con el aceite y agregamos a la harina. Amasamos hasta obtener una masa homogénea y dejamos reposar 30 minutos. Estiramos y cortamos la masa al gusto. Proteger con harina de arroz o maíz hasta pase.

#### ***Para la salsa***

Pelar las gambas y freír el cuerpo 1 minutos. Retirar. Añadir las cabezas y los dientes de ajo fileteados y freír unos 5 minutos. En el aceite. Bajar el fuego y reducir el vino, crema con la nata, llevar a ebullición, agregar los aromas y reducir fuego. Cocer tapado unos 20 minutos. Pasar por chino y colador ajustando de sazón y consistencia. Reservar hasta pase.

#### ***Al pase***

Cocer la pasta en abundante agua salada con un poco de aceite unos 3 a 4 minutos. Abrir las almejas 2 minutos en una paella con aceite. Añadir la pasta, el atún, las gambas y las almejas a la salsa, mezclar con cuidado 2 minutos. Decorar con perejil picado y servir de inmediato.



La mejor formación  
está en la calidad

## **SOLOMILLO IBERICO CON REDUCCION DE MIEL Y VINAGRE**

### ***Ingredientes***

- *2 solomillos de cerdo de 400 gr*
- *4 chalotes*
- *200 gr de portobello*
- *2 dientes de ajo*
- *Perejil*
- *2 patatas*
- *20 gr de membrillo*
- *Hierbas de Provenza BIO Ducros*
- *100 ml de vinagre de jerez*
- *¼ l de fondo de setas*
- *50 ml de miel*
- *Sal y pimienta*

### ***Elaboración***

Limpiamos el solomillo y asamos a la pancha u horno unos 5 minutos. Retirar, salpimentar y dejar reposar.  
Pelar y cortar las chalotes en rodajas, sofreír en un poco de mantequilla unos 15 minutos. Añadir el vinagre y reducir a la mitad. Incorporar la miel y el fondo de setas.  
Llevar a ebullición, reducir fuego y cocer tapado 10 minutos. Pasar por chino, colar y volver a fuego.,  
Ajustar de sazón y consistencia

Limpiar las setas, cortar en tercios y reservar

Cortar los ajos en ciselée y reservar

Limpiar las patatas y cortar en mandolina

Aceitar el fondo de una sartén, colocar las patatas y freír a fuego suave hasta que estén doradas. Añadir las setas, el ajo y las hierbas de Provenza. Acabar cocción al horno unos 8 minutos con el solomillo, con unos dados de membrillo

Colocar la guarnición de base y filetear el solomillo, disponer encima de las patatas y salsear.

Decorar con cebollino picado





La mejor formación  
está en la calidad

## **BUÑUELOS DE CARNAVAL**

### ***Ingredientes***

- 4 huevos
- Ralladura de ½ naranja y limón
- 125 gr de harina aprox
- 100 gr de azúcar
- 100 ml de leche
- 100 ml de agua con gas
- Pizca de sal

### ***Acabados***

- 100 ml de azúcar lustre
- 1 c.s.de canela

### ***Elaboración***

Separar las yemas de las claras. Batir las yemas con la mitad del azúcar. Añadir la harina tamizada con una pizca de sal cortando. Incorporar las ralladuras y verter lentamente la leche tibia en la preparación. Montar las claras con la otra mitad del azúcar e incorporar cortando a la preparación anterior.

Con ayuda de dos cucharas freír por inmersión en aceite bien caliente. Retirar cuando estén dorados y escurrir en papel absorbente

Retirar y mojar con un poco de anís y rebozar con azúcar y canela.



La mejor formación  
está en la calidad

## **MOJAREQUE TUNECINO DE PIMIENTO ROJO** **ENSALADA DE ZANAHORIA Y CANELA, TZATZIKI**

### ***Ingredientes***

#### ***Para el mojareque***

- 3 pimientos rojos
- 1 guindilla
- 1 cabeza de ajos
- 5 tomates
- Perejil
- Limón
- Comino
- 125 gr. de olivas negras
- 2 c.s. de aceite
- Pan de pita

#### ***Para la Ensalada de zanahoria***

- 5 zanahorias
- 3 naranjas exprimidas
- 1c.s.de canela
- 1c.s. de jengibre
- Aceite de oliva
- Sal
- 2c.s. de pasas hidratadas

#### ***Para el Tzatziki***

- 2 yogures griegos
- 3 c.s. de eneldo picado
- 2 pepinos
- Sal, ajo, limón, pimienta negra.

### ***Elaboración***

#### ***Para el mojareque***

Asar el pimiento al fuego. Confitar los pétalos de tomate al horno con sal, azúcar y tomillo. Pelar el pimiento y los ajos. Picar el pimiento, el tomate, los ajos la guindilla y el perejil. Añadir el zumo de limón, sal, pimienta comino y aceite de oliva. Servir con aceitunas y pan de pita.

#### ***Para la Ensalada de zanahoria***

Pelamos las zanahorias y las rallamos. Aliñamos con las especias, zumo de naranja las pasas y dejamos reposar. Se puede añadir un poco de cebolla tierna picada finita.

#### ***Para el Tzatziki***

Cortar el pepino por la mitad longitudinal y sacar las pepitas con una cuchara. Cortar a daditos regulares. Aliñar con sal y dejar escurrir.

Picar el eneldo, exprimir el zumo de limón, aliñar el pepino rallado con pimienta, el yogur, el eneldo y el zumo de limón.



La mejor formación  
está en la calidad

## **SOLOMILLO DE CERDO CON VERMUT, SALVIA Y GNOQUIS DE BONIATO**

### ***Ingredientes***

- 400 gr de secreto de cerdo
- Pimienta en grano
- Semillas de hinojo en grano
- 200 gr de mantequilla
- 200 ml de vermut
- 150 hojas de salvia
- 1250 gr de boniato
- 400 g de harina
- 150 g de mantequilla
- 3 yemas de huevo
- Nuez moscada
- Sal

### ***Elaboración***

Moler las pimientos y el hinojo. Rebozar el secreto con las especias y dejarlo reposar.

#### ***Para la Mantequilla de vermut y salvia:***

Reducir el vermut a la mitad añadir las hojas de salvia y dejar infundir.

Añadir a la mantequilla con un poco de sal. Hacer un rulo y enfriar.

Dorar el solomillo por los 4 costados. Reservar. Antes del pase desglasar con vermut. Ligar con mantequilla de salvia. Acabar de cocinar la carne cortada a medallones junto con la salsa.

#### ***Para los gnoquis***

Cocemos los boniatos al horno

Los chafamos con un tenedor y los extendemos en una bandeja para que evaporen la mayor cantidad de líquido posible.

Cuando estén templadas, añadir la harina, las yemas de huevo, la mantequilla, nuez moscada y sal. Mezclar y sin amasar demasiado, formar una bola.

Ir cogiendo trozos y formando rulos largos con la masa sobre una superficie enharinada, poniéndose harina en las manos para que no se pegue. Cortar los rulos en trocitos con un cuchillo y dejarlos sobre bandejas enharinadas

Cocer en agua hirviendo



La mejor formación  
está en la calidad

## **COMPOTA DE PERAS AL VINO CON MOUSSE DE CHOCOLATE BLANCO Y TEJAS DE ALMENDRAS**

### ***Ingredientes***

- 4 peras
- 2 dl de vino tinto
- 1 c.s de canela
- 1 trozo de jengibre
- Semillas de Anis

### ***Para la Mousse***

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

### ***Para las galletas***

- 135 grs. de azúcar glas
- 100 grs. De mantequilla
- 30 grs. de glucosa
- 150 grs. de almendra laminada

### ***Elaboración***

Pelar las peras. Cortarlas por la mitad, sacar el corazón y ponerlas en un cazo con el vino y las especias.  
Cocer hasta reducir el vino a la mitad.

### ***Para la Mousse***

Fundir el chocolate blanco al baño maria. Montar por separado 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 un molde forrado con papel de film. Ponemos al abatidor para congelar.

Cortamos como si fuera un corte de helado.

### ***Para las galletas***

Calentamos en un cazo la mantequilla, la glucosa y el azúcar. Cuando empieza a hervir agregamos la almendra laminada.

Extendemos la masa entre dos papeles siliconados, la cocemos en el horno a 160° C durante 18 minutos.

Dejamos reposar y una vez fría, la rompemos en trozos irregulares.



La mejor formación  
está en la calidad

## **CRUJIENTE DE QUESO DE CABRA, PATO Y OLIVADA**

### ***Ingredientes***

- 2 muslos de pato
- 4 discos de rulo de cabra de unos 30 gr
- Azúcar
- Tomillo Bio Ducros
- Aceite de oliva o grasa de pato
- Mantequilla
- Pasta brick

### ***Para la Olivada***

- 1 dientes de ajo
- 1 cebolla tierna
- 20 gr de aceituna negra
- 1 c..de mostaza antigua
- 1 c.de tomillo Bio Ducros
- Sal y pimenta
- 2 c.s.de vinagre de jerez
- 1 c.s.de miel
- 100 ml de aceite de oliva

### ***Elaboración***

Colocar el confitar de pato con unos 100 ml de aceite y dos cucharadas de tomillo. Calentar a fuego suave unos 20 minutos. Retirar del aceite y desmiguar  
Caramelizar el azúcar en una reductora y colocar el queso vuelta y vuelta para caramelizar.  
Cortar una lamina de 15 \* 15 de pasta brick y colocar el queso. Cubrir con el pato desmigado y cerrar.  
Pintar con mantequilla y reservar hasta pase.

### ***Para la Olivada***

Escaldar el ajo 3 minutos y majar en mortero con las hierbas aromáticas, sal y pimenta. Añadir la miel y el aceite.  
Mezclar bien, añadir el aceite al hilo y emulsionar.  
Añadir las aceitunas deshuesadas y troceadas. Ajustar de sazón.

### ***Al pase.***

Hornear el crujiente 5 minutos al horno a 200 °C. Colocar en el plato de servicio y salsear con la olivada



La mejor formación  
está en la calidad

## **CANELONES RELLENOS DE BOLOÑESA DE POLLO**

### ***Ingredientes***

- Canelones
- 50 gr de panceta
- 4 contra muslos de pollo
- 8 tomates
- 3 cebollas
- 2 hojas de laurel
- 4 dientes de ajo
- 20 gr de harina
- Fondo oscuro de ave

### ***Para el fondo***

- 2 carcasas de pollo
- 2 cebollas
- 2 zanahorias
- 1 rama de apio
- 2 hojas de laurel
- Agua

### ***Elaboración***

Cortamos la panceta en macedonia y salteamos 4 minutos en una rehogadora. Reducimos fuego e incorporamos la cebolla ciselée con el laurel. Mientras asamos en el horno a 220 °C los tomates partidos por la mitad sin pepitas y espolvoreados con aceite, sal y azúcar.

Retiramos la pulpa del tomate y la incorporamos a la cebolla. Fileteamos y freiremos los ajos 3 minutos y dejamos secar unos 20 minutos. Espolvoreamos con la harina cocemos y mojamos con el fondo. Tapar y dejar cocer unos 30 minutos.

Mientras limpiar los contra muslos y confitar en aceite aromatizado. Unos 20 minutos.

Sacar el pollo del confit, trocear y colocar en la boloñesa. Alargar cocción unos 20 minutos más y ajustar de sazón y consistencia, alargando con más caldo si es necesario.

### ***Para el fondo***

Asar las carcasas al horno hasta que adquieran color.

Mientras pelar y cortar las verduras ciselée y sofreír en una olla hasta que adquieran color.

Desgrasar las carcasas, colocar en la olla y cubrir con agua. Dejar cocer a fuego bajo unos 45 minutos.

Colar y desgrasar.

### ***Al pase***

Cocer la pasta y rellenar con la boloñesa



La mejor formación  
está en la calidad

## **FRESAS CON SABAYON DE VERMUT**

### ***Ingredientes***

#### ***Para el sabayón***

- 200 gr de fresas
- 4 yemas de huevo
- 160 gr de azúcar
- 100 ml de vermut
- 100 gr de mantequilla

#### ***Para el Crumble***

- 50 gr de avellanas
- 50 gr de mantequilla
- 50 gr de azúcar
- 100 gr de harina

### ***Elaboración***

#### ***Para el Crumble***

Tamizamos la harina y mezclamos con las avellanas troceadas y el azúcar.  
Cortamos la mantequilla en dados y arenamos hasta obtener una textura parecida a pan rallado.  
Refrigeramos 20 minutos y horneamos a 180 °C unos 10 minutos.  
Retirar y dejar enfriar

#### ***Para el sabayón***

Blanquear las yemas con el azúcar el baño maria hasta que espumen, añadir el licor. Seguir batiendo unos 5 minutos, apagar fuego e introducir la mantequilla fría en dados.  
Seguir batiendo y reservar en tibio hasta pase.

#### ***Al pase.***

Colocar una base de crumble y las fresas abiertas por la mitad encima.  
Bañar con el sabayón



La mejor formación  
está en la calidad

## **PATATAS CON QUESO RACLETTE**

### ***Ingredientes***

- 600 gr. de patatas para cocer
- 1 hoja de laurel
- 60 gr. de mantequilla
- 2 cebollas
- 150 gr. de bacon o panceta
- 100 ml. de vino blanco
- 400 gr. de raclette
- Sal, pimienta y nuez moscada

### ***Elaboración***

Pondremos a cocer las patatas en agua fría con sal y laurel unos 30 minutos.

Retirar, parar cocción con agua fría y cortar en cuartos o rodajas.

En una rehogadora, sudar la cebolla con la mitad de la mantequilla durante unos 45 minutos, agregar el bacón o la panceta cortada en dados. Retirar. Añadir el resto de la mantequilla y cocer a fuego suave las patatas durante unos 5 minutos evitando que se rompan. Reducir con el vino y mojar con un poco de caldo o agua.

Colocar las patatas en una cazuela de barro, colocar la cebolla y el bacón y rallar el queso por encima.

Colocar en el horno a 180 °C unos 10 minutos hasta que el queso empiece a fundir.

Servir de inmediato decorando con perejil picado





La mejor formación  
está en la calidad

## **FILETE STROGANOFF**

### ***Ingredientes***

- *1 solomillo de cerdo*
- *1 cebolla*
- *1 ajo*
- *100 gr. champiñones*
- *1 copa de vino tinto*
- *1 c.c. de mostaza a la antigua*
- *Crema de leche*
- *Mantequilla*
- *Aceite de girasol*
- *Sal y pimienta*

### ***Elaboración***

Cortar el solomillo a tiras y dorar en sartén. Reservar.

En la misma sartén rehogar la cebolla en juliana, añadir el ajo laminado y continuar rehogando.

Añadir los champiñones cortados en láminas, cocer todo junto hasta que las setas estén en su punto.

Añadir las tiras de carne reservadas, el vino y una cucharada de mostaza.

Reducir el vino a la mitad y añadir la crema de leche. Ligar la salsa.



La mejor formación  
está en la calidad

## **BRIOUATES**

### ***Ingredientes***

- 300 gr. de almendra molida
- 100 gr. de almendra
- 100 gr. de azúcar
- 100 gr. de mantequilla
- 50 gr. de miel
- Agua
- Agua de azahar y canela en polvo
- 3 huevos
- Aceite de girasol
- 1 Paquete de pasta filo
- Pistachos para decorar
- Miel para bañar briouates
- Infusión de té rojo

### ***Elaboración***

Cortamos las almendras en macedonia y las salteamos en una sartén, con dos gotas de aceite oliva, a fuego fuerte hasta que doren. Reservamos en papel absorbente de cocina.

Mezclamos las almendras molidas con la mantequilla pomada. Añadimos el azúcar y el agua de azahar. Mezclamos bien con espátula. Incorporamos los huevos batidos y la almendra cortada en macedonia, la miel y homogeneizamos la preparación hasta obtener una masa moldeable.

Cortamos las hojas filo en rectángulos de 15cm x 5cm Colocamos una bola con el relleno en el extremo inferior del rectángulo de hoja filo. La plegamos en triangulo a derecha e izquierda, alternativamente, hasta el final de la hoja. Batimos un huevo y sellamos la Briouate.

#### ***Opción 1:***

Le damos frío a la Briouate en el congelador durante 15 minutos y freímos en abundante aceite de girasol. Reservamos en papel absorbente. Derretimos la miel con el agua al microondas o en el horno hasta obtener una consistencia líquida. Bañamos en miel las Briouates. Espolvoreamos con la canela y decoramos con el pistacho y la almendra cortada en macedonia.

#### ***Opción 2:***

Pintamos las Briouates con huevo batido y horneamos a 180° durante 4 minutos. Retiramos la bandeja del horno y volteamos las Briouates. Pintamos con huevo esta cara y horneamos durante 3 minutos. Acabamos la Briouate siguiendo las indicaciones de la opción 1.

Presentamos las Briouates con unas hojas de menta y un té rojo.



La mejor formación  
está en la calidad

## **CRUJIENTE DE CALCOTS CON ESPÁRRAGOS TRIGUEROS Y QUESO DE CABRA EN SALSA BABA GHANOUSH**

### ***Ingredientes***

- *Pasta de rollito*
- *Calçots en C.S.*
- *Espárragos trigueros o verdes*
- *Un poco de queso de cabra*
- *1 huevo*

### ***Para la salsa Baba Ghanoush***

- *2 berenjenas*
- *1 d. de ajo*
- *Pasta tahina*
- *½ c.c. de comino en polvo*
- *Zumo de limón*
- *Pimentón dulce*
- *Sésamo negro*
- *Sal*
- *Yogur (opcional)*

### ***Elaboración***

Pelar y lavar los calçots, ponerlos en papel de aluminio, condimentar con aceite de oliva, sal y pimienta, hornear como en papillote. Cocinar los espárragos al vacío y condimentar. Desmigar un poco de queso de cabra.

Rellenar la pasta de rollito con estos ingredientes y freír en aceite de girasol.

Asar, pelar y poner la berenjena troceada en vaso de túrmix acompañada de todos los ingredientes, rectificar de cada uno de ellos, finalizar.



La mejor formación  
está en la calidad

## **CONEJO AL ESTILO DEL AMPURDÀ CON SETAS, ESPÁRRAGOS Y FIDEOS**

### ***Ingredientes***

- *1 conejo*
- *3 cebollas de Figueras medianas*
- *150 gr de tomate triturado*
- *Coñac*
- *1 rama de tomillo y otra de romero*
- *1 manojo de espárragos trigueros*
- *50 gr de ceps congelados*
- *4 champiñones*
- *C/S de fondo de cocción*
- *150 gr de fideos curvados*

### ***Elaboración***

Trocear el conejo, condimentar, llevar a cazuela precalentada, dorar a fuego suave, retirar y reservar. En esa misma cazuela, añadir cebollas ciselé, rehogar a fuego suave hasta que quede oscura, añadir tomate y cocinar hasta su punto, añadir una pizca de Coñac y desglasar.

Devolver conejo a la cocción, añadir ceps, los champiñones cortados a cuartos, una rama de tomillo y otra de romero, añadir espárragos trigueros cortados al tamaño indicado y cocinar todo junto durante un par de minutos, mojar con fondo de cocción, condimentar suave, cocinar 10 minutos, añadir fideos al momento de finalizar el plato, cocinar, rectificar y servir.



La mejor formación  
está en la calidad

## **TORTELL DE HOJALDRE RELLENO DE MOUSSE DE LIMÓN CON FRESAS TROCEADAS Y NUECES AL CARAMELO**

### ***Ingredientes***

- *1 lámina de masa de hojaldre sin estirar*
- *1 huevo*
- *3 limones jugosos*
- *1 bote pequeño de leche condensada*
- *500 ml de crema de leche para montar (30 % M.G)*
- *C/S de fresas del tiempo*
- *5 nueces peladas*
- *100 gr de azúcar*
- *Azúcar glasé*

### ***Elaboración***

Cortar el hojaldre según se indique, pintar con huevo y llevar al horno precalentado, primero a temperatura alta y luego a temperatura suave. Abrir el hojaldre como si fuera un bocadillo. Reservar para rellenar al pase.

Exprimir los limones y hacer un zumo, añadirle la leche condensada mezclándola hasta obtener una emulsión homogénea. Montar la nata a punto de nieve, mezclarla cuidadosamente con la preparación anterior. Reservar la mousse en nevera.

En una sartén pondremos azúcar a derretir, cuando esté a punto de caramelo mojaremos en ella las nueces. Dejar enfriar y trocear a mano o picar en el mortero.

Rellenar la base del hojaldre con la mousse de limón, poner encima la cantidad deseada de fresas y nueces troceadas, cubrir la mousse con su tapa de hojaldre, espolvorear por encima con azúcar glasé y llevar al plato



La mejor formación  
está en la calidad

## **PATXITOS DE BACALAO**

### ***Ingredientes***

- *200g queso cremoso de oveja*
- *1 lomo de bacalao*
- *2 huevos*
- *Panko*
- *Hierbas aromáticas al gusto*

### ***Elaboración***

En un bol mezclar el queso con las hierbas, rectificar de sal y pimienta guardamos en manga y reservamos, en un papel sulfurizado hacemos tiras de la medida de un dedo y congelamos unos minutos

Forrar la mesa de trabajo con papel film y vamos poniendo trozos de bacalao cortado muy fino tipo Carpaccio, encima el queso semi congelado y con la ayuda del film hacemos rollitos apretando bien, congelamos unos 20 min

Una vez frio pasamos por harina, huevo y panko , freír a 170° C



La mejor formación  
está en la calidad

## **BOMBAS DE CARNE Y PATATAS BRAVAS**

### ***Ingredientes***

- 12 patatas
- 500g de carne picada
- 100g de chorizo picante
- 1 cc de Cayena en polvo
- 50g mantequilla
- Huevo
- Harina
- Pan rallado

### ***Para la Salsa picante tomate***

- 1 lata de tomate natural triturado
- 1 cs de cayena en polvo
- Sal y pimienta
- Aceite de oliva suave

### ***Para la lactonesa***

- 3 dientes de ajo
- 1 parte de leche
- 3 partes iguales de aceite de girasol
- Sal.

### ***Elaboración***

Hervir las patatas con piel, reservamos algunas para las bravas, el resto cuando estén tibias pelamos y pasamos por pasapurés y colocamos en un bol

Sofreír la carne picada y cuando este ponemos el chorizo picante y por ultimo la cayena, apagamos el fuego.

Juntamos la carne con la patata y la nuez de mantequilla y mezclamos bien dejar enfriar y rebozar.

Freír en abundante aceite

El resto de patatas lo cortamos corte brava y freímos con el aceite bien caliente

### ***Para la Salsa picante tomate***

En una reductora poner el aceite y el tomate y reducir a fuego lento un tercio el volumen, rectificar de sal y de azúcar si es necesario, cuando esté incorporar la cayena y al minuto apagamos el fuego, dejamos enfriar.

Hacemos una lactonesa con ajo para acompañar



La mejor formación  
está en la calidad

## **BIZCOCHO DE ZANAHORIA**

### ***Ingredientes***

- 250 de zanahorias
- 200g harina
- 200g azúcar
- 4 huevos
- 125ml aceite suave
- 1 sobre levadura en polvo
- 1 cucharada canela
- 1 pizca de sal

### ***Elaboración***

Mezclar los huevos con el azúcar incorporar la zanahoria rayada fina agregamos el aceite y seguimos mezclando, por ultimo añadir la harina tamizada la levadura, la canela y la sal. Reposar 20 min

Forrar el molde de horno con mantequilla y harina y rellenar. Hornear a 180° unos 35 min





La mejor formación  
está en la calidad

## **SOPA DE CEBOLLA CON HUEVO POCHE Y QUESO BRIE**

### ***Ingredientes***

- 6 cebollas
- 12 huevos de codorniz
- Pimienta en grano, tomillo, sal
- ½ barra de pan semillas
- 150 gr de queso brie
- Aceite de oliva
- 1 l Fondo de ave, verduras o agua

### ***Elaboración***

Pelar las cebollas y cortarlas a juliana. Poner aceite en una olla y cocer la cebolla con la sal, la pimienta en grano y el tomillo. Removemos la cebolla para que se cueza uniformemente. Dejamos que sude y reducimos el jugo.

Si queremos podemos quemar un poco la cebolla para que la sopa coja un tono oscuro. Añadimos agua y hervimos 10 min.

Cortamos el pan a rebanadas y lo tostamos al horno a 150° C 15 min. Hervimos agua con un poco de sal y vinagre. Cascamos los huevos de uno a uno dentro de un bol. Los cocemos dejando la yema líquida. El agua no debe hervir con fuerza ya que desparramaría la clara. Servimos la sopa con el huevo y la rebanada de pan con queso



La mejor formación  
está en la calidad

## **GOULASH A LA HUNGARA**

### ***Ingredientes***

- 2 c. de aceite
- 2 cebollas
- 1 diente de ajo
- 15 gr. de Paprika húngara
- 1/2 kg de ternera a dados
- 250 gr. de chucrut
- 4 tomates
- 1/4 l. de fondo de carne
- Sal y pimienta
- 150 gr. de crema agria
- Tomillo, romero y clavo de olor

### ***Elaboración***

Freiremos la carne con la cebolla cortada en brunoise a fuego medio unos 5 minutos para cerrar el poro, reduciremos el fuego y rehogaremos en una olla durante unos 10 minutos junto con las hierbas y las especias.

Añadiremos el ajo picado finamente y rehogaremos tres minutos más. Agregaremos el paprika y rehogaremos otro minuto.

Después agregaremos, el tomate limpio de piel y pepitas, el chucrut y el caldo. Subiremos a fuego alto y llevaremos a ebullición. Taparemos y dejaremos cocer a fuego bajo durante unos 30 a 35 minutos hasta que la carne esté tierna.

Añadiremos más caldo en caso de necesidad. Puede añadirse también vino blanco pero siempre que sea ácido.

Una vez cocida la carne, retiraremos del fuego y añadiremos la crema agria y mezclaremos, volveremos a fuego moderado evitando que vuelva a hervir



La mejor formación  
está en la calidad

## **MANZANA RELLENA DE SU COMPOTA CON CREMA CATALANA Y NATA MONTADA**

### ***Ingredientes***

- *1 manzana Golden por persona*

#### ***Para la compota***

- *La pulpa de las manzana*
- *Una décima parte de su peso de mantequilla*
- *Un poco de vino blanco seco*
- *1 c.c de azúcar*

#### ***Para la crema catalana***

- *½ litro de leche*
- *3 yemas de huevo*
- *90 gr. de azúcar*
- *30 gr. de almidón (Maizena)*
- *Piel de limón*
- *Canela en rama*

#### ***Para la Nata chantilly***

- *300 gr. de nata para montar*
- *Azúcar glasee*
- *Vainilla o esencia de vainilla*

### ***Elaboración***

Cortar una tapa de la manzana, hacer unas 4 bolitas con la cucharilla de tornear y reservar, vaciar el resto de la pulpa sin romper la manzana y hornear ligeramente pintadas con manquilla, ron y azúcar glasé. Reservar.

Pelar, retirar pepitas y cortar la manzana, poner en un cazó junto con la mantequilla, el azúcar y el vino blanco cocinar junto hasta obtener una compota. Reservar.

#### ***Para la crema catalana***

Poner la leche en un cazo y añadir las yemas de huevo batidas. Mezclar azúcar y almidón y añadir a la leche, añadir piel de limón y la canela en rama. Llevar a fuego suave y cocinar sin dejar de remover la preparación con varilla hasta que espese. Colar y dejar enfriar

#### ***Para la Nata chantilly***

Poner el bol de montar la nata en el congelador. Verter la nata y montar, añadir la vainilla o esencia de vainilla. Reservar en nevera. Espolvorear con azúcar glasé en el momento de servir.



La mejor formación  
está en la calidad

## **ARROZ SECO DE CIGALA Y ALMEJAS CON CREMA DE ALCACHOFAS**

### ***Ingredientes***

- 300gr de arroz tipo bomba.
- 400gr gramos de cigalas
- 1 bolsa de almejas frescas.
- Alcachofas.
- 3 tomates grandes maduros.
- 1cebolla roja grande.
- 1 diente de ajo.
- ½ pimiento rojo
- 1 pimiento verde pequeño.
- Pizca de azafrán.
- Aceite de oliva.

### ***Para el Caldo.***

- Cabezas y colas de cigalas.
- 300gr cabezas y espinas de pescado.(opcional)
- 1cebolla mediana
- 2zanahorias
- ½ puerro.

### ***Para la Crema de alcachofa.***

- 2 alcachofas.
- Caldo de verduras o de ave.
- Aceite de oliva
- Mantequilla.
- Sal pimienta.

### ***Elaboración***

Realizamos el caldo rehogando en un cazo con una pizca de aceite las cabezas, colas y espinas hasta que cojan un poco de color, tiramos la verdura cortada en macedonia y la rehogamos hasta que este bien pochada, cubrimos de agua y dejamos cocer lentamente sin que hierva, sobre 40 min aprox,

Pelamos las alcachofas, limpiamos bien el centro con una puntilla, las cortamos y ponemos en una sote, las rehogamos lentamente con aceite de oliva, cuando empiecen a estar tiernas añadimos el caldo y las dejamos cocinar tapadas hasta que acaben de ablandar, rectificaremos de sabor, lo pondremos todo en un vaso, las turmizaremos, colaremos bien y emulsionaremos con aceite y mantequilla, reservaremos.

Cortaremos toda la verdura en brunoise, las alcachofas las pelaremos y cortaremos en octavos, abriremos las almejas al vapor y reservaremos.

En una paellera, rehogaremos el ajo, la cebolla, el pimiento rojo, el pimiento verde y la alcachofa rehogamos bien, añadimos el tomate t.p.m y sofreímos, tiramos el arroz y le damos 2 min para sellarlo, tiramos una pizca de azafrán y lo tostamos 5 segundos, alargamos con el caldo caliente (2,5 veces la cantidad de arroz) , no lo removeremos, cuando arranque el hervor, lo introducimos al horno a unos 190º y cuando le falten pocos minutos le añadimos las almejas y las cigalas.

En la base del plato ponemos un poco de crema de alcachofa y encima la porción de arroz.



La mejor formación  
está en la calidad

## **BACALAO CONFITADO CON CEPES ESCABECHADOS Y ARENA**

### ***Ingredientes***

- 4 lomos de bacalao.
- 2 dientes de ajo.
- 1 rama de laurel y de romero.
- Aceite de oliva virgen.

#### ***Para el escabeche de ceps.***

- 1 cebolla grande.
- 1 zanahoria.
- 150gr de puerro.
- 1 bote de ceps deshidratados.
- Pimienta en grano
- Vinagre de sidra.
- Vino blanco.
- Laurel

#### ***Para la arena de ceps.***

- 100gr de harina.
- 100gr de almendra en polvo.
- 100gr de azúcar.
- 100gr de mantequilla pomada.
- Pizca de sal.
- 80gr de polvo de ceps.

### ***Elaboración***

Cubrimos un cazo pequeño de aceite de oliva junto con los dientes de ajo, el laurel y el romero. Cocinamos suavemente hasta que el aceite llegue a 70°, introducimos el bacalao sin piel y retiramos del fuego y dejamos confitar unos 5 min. Retiramos del fuego y escurrimos el aceite. Reservamos. En último momento freiremos la piel enharinada del bacalao para decorar.

#### ***Para el escabeche de ceps.***

Cortamos las setas y las verduras en brunoise y las reservamos. En una cazuela con un poco de aceite, vamos rehogando con una pizca de sal por este orden, la cebolla, zanahoria y el puerro, cuando este todo bien pochado, añadimos las setas, el laurel y los granos de pimienta, cuando estén desgrasamos con vino blanco y un poco de vinagre de sidra, dejamos que reduzca y rectificamos de sabor.

#### ***Para la arena de ceps.***

En la picadora o en la thermomix, trituraremos ceps deshidratados hasta conseguir polvo de ceps. Mezclar todos los ingredientes con la mantequilla pomada hasta realizar una masa, estirar en una bandeja de horno y cocer a 190°. Cuando este dejar atemperar un poco y desmigalar con la mano, hasta que quede arenado

Le damos al bacalao un toque de soplete para calentar, colocamos una base de arena, un lomo encima y por último el escabeche, decoramos con piel crujiente



La mejor formación  
está en la calidad

## MOUSSE DE NARANJA

### ***Ingredientes***

#### ***Para el bizcocho***

- 2 huevos.
- 60 g. de azúcar.
- 40 g. de harina.
- 10 g. de maicena.
- 5 g. de cacao en polvo.
- 1 pizca de sal.

#### ***Para la mousse***

- 200 ml. de zumo de naranja.
- 115 g. de azúcar.
- 3 huevos.
- 1 pizca de sal.
- 6 hojas de gelatina.
- 200 g. de creme fraiche.
- 60 ml. de nata.
- 30 g. de azúcar glas.
- Ralladura de una naranja.
- 15 ml. de cointreau.

### ***Elaboración***

#### ***Para el bizcocho***

Montar las yemas con el azúcar. Incorporar la harina, la maicena y el cacao tamizados con la sal. Montar las claras y añadir las poco a poco. Encamisar un molde con mantequilla y harina, verter la masa. Hornear a 170°C durante 8 minutos. Desmoldar y dejar enfriar. Cortar el bizcocho con aros y reservar.

#### ***Para la mousse***

Calentar el zumo con el cointreau y añadir las hojas de gelatina hidratadas. Retirar de fuego y atemperar.

Montar las yemas con el azúcar hasta que doblen de volumen. Añadir la ralladura de naranja y montar durante un minuto.

Montar las claras y reservarlas en nevera.

Mezclar la creme fraiche con la nata y el azúcar glas y semimontarlo.

Mezclar el zumo frío con las yemas. Cuando esté integrado añadir poco a poco la mezcla de nata y creme.

Incorporar las claras montadas.

Colocar el bizcocho en molde y envolverlo con una tira de plástico, rellenar el molde de mousse y dejar que endurezca en nevera.



La mejor formación  
está en la calidad

## **CUCURUCHOS DE MOUSSE DE ALCACHOFAS**

### ***Ingredientes***

- *Hojas de pasta brick*
- *Mantequilla*

#### ***Para la mousse de alcachofas***

- *8 alcachofas*
- *4 yemas de huevos*
- *100 gr de mantequilla*
- *100 gr de aceite*
- *4 dientes de ajo*
- *Sal y pimienta*

#### ***Para la mayonesa de jamón***

- *100 ml de aceite de oliva*
- *100 ml de aceite de girasol*
- *1 hueso de jamón*
- *1 huevo*
- *1 c.c.de vinagre*
- *Sal y pimienta*

### ***Elaboración***

Cortar unos cuadrados de 15 \* 15, pintar con mantequilla fundir y enrollar en molde en forma de cucurucho. Hornear a 180 °C unos 5 minutos. Retirar y dejar enfriar

#### ***Para la mousse de alcachofas***

Descorazonar las alcachofas y cocer a la inglesa 5 minutos. Parar cocción y cortar en cuartos.

Saltear unos 5 minutos con el aceite y los ajos fileteados.

Turmizar y sazonar con sal y pimienta.

Blanquear al baño maria las yemas de huevo con la mantequilla e incorporar el puré de alcachofas. Homogeneizar el conjunto y rectificar de sazón. Dejar enfriar y colocar en manga.

Rellenar los cucuruchos y acabar con la mayonesa de jamón

#### ***Para la mayonesa de jamón***

Fréir el jamón unos 5 minutos con la mitad del aceite de oliva, reducir fuego y agregar el resto de aceite.

Confitar a fuego suave unos 20 minutos.

Colar y montar una mayonesa de la forma habitual.



La mejor formación  
está en la calidad

## **BACALAO CON CREMA DE QUESO**

### ***Ingredientes***

- 4 lomos de bacalao de ración
- 4 tomates
- Tomillo Bio Ducross
- Aceite para confitar
- 2 dientes de ajo
- Placas de hojaldre

### ***Para la Crema de queso***

- 125 gr de queso crema
- 125 ml de crema de leche de 35%
- Hierbas aromáticas Bio Ducross
- Sal y pimienta

### ***Para la Persillade***

- 40 gr de pan rallado
- Pizca de pimentón Bio Ducross
- 5 gr de ajo en polvo
- 10 gr de parmesano
- 5 gr de hierbas aromáticas Bio Ducross

### ***Elaboración***

Limpiaremos y retiramos espinas del bacalao.

Confitamos en aceite a 40 °C unos 5 minutos.

Retirar y escurrir del aceite

Entallar el tomate y escaldar 30 segundos. Parar cocción y cortar en case.

Sazonar con sal y pimienta y reservar en frío con un poco de aceite del confit

Estirar el hojaldre un centímetro más ancho que el lomo de bacalao.

Pinchar, pintar con aceite del confit. Hornear unos 12 minutos a 200 °C con una placa de silpak

Retirar y dejar enfriar

Mezclar todos los ingredientes de la crema de queso hasta homogeneizar y reservar en frío.

Mezclar todos los ingredientes de la persillade

### ***Al pase***

Colocar sobre la base de hojaldre el tomate case y el bacalao confitado.

Napar con la crema de queso y espolvorear la persillade.

Hornear 2 minutos y servir de inmediato.





La mejor formación  
está en la calidad

## **PANNA COTTA DE FRESAS CON SORBETE DE ARANDANOS**

### ***Ingredientes***

#### ***Para la Panna Cotta***

- *¼ kg de fresas*
- *¼ kg de crema de leche*
- *3 hojas de gelatina*

#### ***Para el sorbete de arándanos***

- *180 gr de azúcar*
- *180 gr de agua*
- *1 rama de canela*
- *2 clavos de olor*
- *300 ml de pulpa de arándanos*
- *50 ml de vodka*
- *50 gr de miel*
- *Estabilizante s/c/p*

### ***Elaboración***

#### ***Para la Panna Cotta***

Llevar a ebullición la nata, reducir fuego e introducir las fresas limpias. Dejar cocer el conjunto 10 minutos y agregar las hojas de gelatina previamente hidratadas.

Turmizar, probar de dulzor y colocar en la copa de servicio.

Refrigera hasta aspe.

#### ***Para el sorbete de arándanos***

Tostar la canela y el vacío de olor al fuego e introducir el agua y el azúcar.

Llevar a ebullición y mantener 1 minutos.

Retirar el sólido y turmizar con los arándanos, agregar el vodka, la miel y los estabilizantes.

Dejar reposar toda la noche y mantecar al día siguiente.

Acompañar de unas fresas y hojas de menta.



La mejor formación  
está en la calidad

## LA BOUILLABAISSE DE CHEZ FONFON

### ***Ingredientes***

- 1 cola de congrio 200 gr
- 4 lluernas 200 gr
- 1 San Pedro o gallo
- 200 gr. Pescado de roca
- Aceite de oliva
- 2 cebollas
- 3 tomates
- 2 c.s. de concentrado de tomate
- 3 ajo
- Hinojo en grano
- 1 dl. Vino blanco
- Azafrán
- 2 l de caldo corto de pescado

### ***Para la rouille***

- 1 yema de huevo
- 1 ajo
- 1c.c. de pimentón mezclado dulce y picante
- Sal
- Aceite de oliva
- Pimienta
- 1 c.c. Mostaza
- Aceite de oliva y de girasol
- 1 barra de pan

### ***Elaboración***

Freír en una olla grande la cebolla, los ajos, la mitad de los pescados, las semillas de hinojo los tres tomates cortados, el tomate concentrado. A los 15 min. desglasamos con vino blanco. Añadimos el azafrán. Mojamos con el caldo corto. Añadimos poco a poco, como en el risotto. A los 40 min. Pasamos el caldo por el chino y chafamos las espinas para que salga todo el jugo. Ponemos la otra mitad de pescado entero dentro de la sopa y lo cocemos 15 min. Lo pescamos con la araña.

### ***Para la rouille***

En un bol grande ponemos la yema, el ajo picado, sal, mostaza y empezamos a emulsionar batiendo con las varillas y añadiendo aceite a chorrito. Mezclar los pimientos el azafrán y seguir emulsionando con aceite. Cortar el pan y tostarlo al horno. Untarlo con la rouille y servir con la bouillabaisse.



La mejor formación  
está en la calidad

## **COTOLETTE A LA MILANESE CON GRATIN DE PATATA DAUPHINOISE**

### ***Ingredientes***

- 500 gr Entrecot de ternera
- Harina
- Pan rallado
- Perejil
- 2 huevos
- 200 gr de mantequilla

### ***Para el gratin Dauphinoise***

- 8 patatas monalisa
- 0,5 l de nata líquida
- 100 gr de mantequilla
- 150 gr de gruyere
- Sal pimienta nuez moscada
- cebollino

### ***Elaboración***

Cortar el entrecote a escalopas y espalmarlo.

Salpimentar y pasarlas por harina, huevo batido con perejil picado. Escurrir bien el huevo y pasar por pan rallado.

Fundimos la mantequilla en una sartén y freímos las chuletas cuidando de no quemar la mantequilla.

Retirar y escurrir encima de papel absorbente.

### ***Para el gratin Dauphinoise***

Pelar las patatas y laminarlas con una mandolina.

Ponerlas en una fuente con sal, pimienta, nuez moscada y mojarlas con nata.

Después disponerlas por capas en una bandeja de horno intercalando patata, queso, mantequilla y nata. Cocer al horno a 180° 200° C durante 40 min.



La mejor formación  
está en la calidad

## **TARDALETAS SABLÉ Y CREMOSO DE CARAMELO Y MANZANA**

### ***Ingredientes***

#### ***Para las Tartaletas***

- 240 g Harina de trigo (para todo uso)
- 35 g Almendra molida muy fina (Harina de almendra)
- 95 g Azúcar glas
- 120 g Mantequilla sin sal
- Una pizca de sal
- 1 huevo entero (talla L), frío

#### ***Para el Cremoso de caramelo***

- 120 g Nata con 35% de grasa
- vainilla
- 2 Yemas de huevo
- 25 g Azúcar granulado
- 2 g Gelatina

#### ***Para la Compota de manzana***

- 2 Manzanas grandes, Golden
- 35 g Mantequilla con sal
- 40 g Miel
- 2 g Gelatina

### ***Elaboración***

Haremos las tartaletas mezclando las harinas con el azúcar y la mantequilla fría y cortada a daditos hasta conseguir miguitas. Añadir el huevo. Trabajar hasta hacer una bola lisa. Estirar entre papel de horno y enfriar al congelador. Cortar con el cortapastas. Forrar los laterales de la tartaleta con una tira de masa cortada. Pinchar la base y cocer al horno 160 °C 15 min.

#### ***Para el Cremoso de caramelo***

Hidratar la gelatina en agua muy fría, escurrir el exceso de agua y reservar a un lado. En una cacerola, llevar a ebullición la nata con la vainilla, retirar del fuego y dejar reposar unos 10 minutos.

En una pequeña cazuela, o sartén, preparar un caramelo en seco, con el azúcar. Para ello, derretir el azúcar a fuego suave, hasta que tome un color ámbar medio. Añadir la nata caliente y mezclar al fuego unos segundos. Verter la preparación, sobre las yemas de huevo y cocinar todo junto a fuego suave, hasta los 82°C.

Retirar del fuego, añadir la gelatina a la crema caliente para que se disuelva. Dejar enfriar hasta los 35°C. Repartir el cremoso de caramelo en las tartaletas, reservar unos minutos en el frigorífico.

#### ***Para la Compota de manzana***

En una cacerola mediana, derretir la mantequilla a fuego suave. Después, añadir la miel, mezclar muy bien con unas varillas. A fuego medio, agregar los cubitos de manzana y cocinar unos 10 minutos, removiendo frecuentemente para que se vayan dorando. La manzana, debe quedar blandita, pero no se debe deshacer. Cuando esté lista, retirar del fuego y añadir la gelatina para que se disuelva.

Repartir la compota de manzana, sobre el cremoso de caramelo y reservar unos minutos en el frigorífico hasta que gelifique.



La mejor formación  
está en la calidad

## **RACLETTE DE VERDURAS Y SALMON**

### ***Ingredientes***

- 200 gr de queso raclette
- 2 patatas
- 200 gr de salmón fresco
- 4 tomates
- 2 cebollas rojas
- 2 dientes de ajo
- 1 pepino
- 200 gr de gírgolas

### ***Elaboración***

Limpiaremos las patatas y pondremos a cocer en agua salada caliente de la manera habitual unos 20 minutos.

Parar cocción con agua fría y cortar en rodajas de 1 cm

Limpiar las setas, cortar los tomates en cuartos y retirar las semillas

Pelar la cebolla y cortar en juliana.

Colocar en una bandeja de horno con aceite de oliva y las hierbas aromáticas.

Pelar los dos dientes de ajo.

Hornear unos 90 minutos a 90 °C.

Cortar el pepino en rodajas finas.

Filetear el salmón.

### ***Al pase.***

Colocar una base de patatas. Disponer encima las verduras escurridas de aceite.

Disponer 3 láminas de salmón de unos 25 gr y cubrir con las lonchas de queso.

Hornear unos 2 minutos a 200 ° C hasta que el queso funda.

Retirar y regar con el aceite de confit y decorar con unas hierbas aromáticas.



La mejor formación  
está en la calidad

## **BROCHETAS DE RAPE CON MANTEQUILLA DE ESTRAGÓN**

### ***Ingredientes***

- 1 lomo de rape
- Sal y pimienta
- 3 huevos
- 300 gr de pan rallado
- 200 gr de harina floja
- Tomillos y romero fresco

### ***Para la Mantequilla de estragón***

- 4 yemas de huevo
- 2 c.s.de vinagre blanco
- 1 c.s. de mostaza de estragón
- 2 chalotes
- 1 c.s.de estragón fresco picado
- Sal y pimienta
- 100 gr de mantequilla
- 100 ml de aceite de girasol

### ***Elaboración***

Limpiar el rape y confitar en aceite de oliva unos 5 minutos. Retirar y enfriar.  
Cortar en láminas de 1 cm. Pasar por harina, huevo batido y empanar con el pan rallado mezclado con hierbas aromáticas.  
Atravesar con una brocheta y refrigerar hasta pase

### ***Para la salsa***

Pelar y cortar la cebolla en ciselée.  
Rehogar en el aceite unos 15 minutos con las hojas de estragón. Colar el conjunto y volver a fuego suave con las yemas de huevo, la mostaza y el vinagre.  
Remover con varillas unos 5 minutos, retirando la reductora en caso de necesidad e incorporar la mantequilla cortada a dados fría.  
Remover hasta homogeneizar. Salpimentar y refrescar con perejil picado.  
Reservar en frío hasta pase

### ***Al pase.***

Freír por inmersión las brochetas 2 minutos, escurrir.  
Calentar la salsa ligeramente y colocar en la base del plato.  
Disponer las brochetas encima.



La mejor formación  
está en la calidad

## **CROSTATA DE CUGNA**

### ***Ingredientes***

- *½ kg de harina floja*
- *200 gr de mantequilla*
- *4 yemas de huevo*
- *1 c.s.de azúcar avainillado*
- *Ralladura de ½ limón*
- *Confitura al gusto*

### ***Elaboración***

Tamizamos la harina con el azúcar avainillado, añadimos el azúcar, la mantequilla fría cortada en dados, la ralladura y una pizca de sal.

Arenamos y agregamos las yemas de huevo batidas. Amasamos rápidamente con la palma de la mano hasta obtener una masa homogénea. Dejamos reposar 1 hora

Retiramos 3/4 de la masa y forramos un molde.

Rellenamos con la confitura

Cortaremos tiras con el resto de la masa y montaremos un enrejado.

Pintamos con la yema restante y horneamos a 180 °C unos 20 minutos.

Retiramos y dejamos enfriar.

Espolvorear con azúcar lustre



La mejor formación  
está en la calidad

## **ROSSEJAT DE FIDEOS CON PUNTILLA DE CALAMAR**

### ***Ingredientes***

- 400g de Fideos
- 250 g Puntilla de calamar
- 8 Gambas
- 2 Cebollas Medianas
- 3 Dientes de ajo
- Fumet Blanco

### ***Elaboración***

En una sartén con dos cucharadas de aceite salteamos los fideos hasta que cojan un color dorado, una vez dorados agregamos los ajos y la cebolla muy picados. Rehogamos y escurrimos para quitar el posible exceso de aceite.

En una paellera con dos cucharadas de aceite, doramos las gambas unos segundos, en ese mismo aceite salteamos la puntilla de calamar, reservamos agregamos los fideos, añadimos el fumet de pescado y llevamos a ebullición hasta que el fideo haya absorbido el caldo, rectificamos de sal y decoramos con las gambas.

Acompañados con alioli





La mejor formación  
está en la calidad

## **MOUSSE DE BROWNIE DE CHOCOLATE CON FRESAS**

### ***Ingredientes***

#### ***Para el brownie***

- 80gr de mantequilla.
- 125gr de azúcar moreno.
- 2 huevos.
- 110gr de cobertura de chocolate con leche.
- 45gr de nata.
- 75 gr de harina.

#### ***Para la mousse fresas***

- 115gr. de fresas.
- 3 hojas de gelatina.
- 175gr. de cobertura de chocolate con leche.
- 225gr nata.

#### ***Para las fresas en vinagre***

- 100gr de fresas laminadas.
- 45 gr de azúcar.
- 15gr de vinagre de modena.

### ***Elaboración***

#### ***Para el brownie***

Fundimos el chocolate, le incorporamos la mantequilla. Blanqueamos los huevos con el azúcar, cuando estén le añadiremos la nata, el chocolate y la harina tamizada. Integraremos bien todo con lengua. Hornearemos a 175° 17 min aproximadamente. Reservaremos.

#### ***Para la mousse fresas***

Trituraremos las fresas. Fundiremos el chocolate, lo integraremos a las fresas, añadiremos la gelatina hidratada, removemos bien y lo mezclamos amalgamando con lengua pastelera con la nata semi-montada. Mezclaremos bien y reservaremos en frío.

#### ***Para las fresas en vinagre***

Mezclaremos bien el vinagre con el azúcar y pondremos las fresas a macerar, las reservaremos hasta última hora.

#### ***Montaje***

Ponemos en la base del plato, un trozo de brownie cortado en forma de lingote, encima y con la ayuda de una manga vamos colocando la mousse, acabaremos de decorar con las fresas marinadas.



La mejor formación  
está en la calidad

## **SOPA MINISTRONE CON GALETS O PISTONES LIGERAMENTE PICANTE**

### ***Ingredientes***

- *1 loncha de jamón*
- *4 ó 5 galets*
- *1 l. de caldo de pollo*
- *½ puerro*
- *5 Judías tiernas*
- *1 zanahoria mediana*
- *1 patata mediana*
- *¼ de calabacín*
- *1 tomate fuerte*
- *¼ de rama apio*
- *1 ajo*
- *1 guindilla*
- *laurel, romero*

### ***Elaboración***

Dorar el jamón cortado en una olla de cocción, retirar y añadir el ajo y la guindilla dorar, retirar y reservar el aceite.

Con ese aceite y en esa misma olla, rehogar el puerro cortado a rodajas, la zanahoria cortada a dados, las judías verdes cortadas en diagonal, el calabacín y el apio cortados en macedonia, añadir la patata cortada en macedonia, añadir el tomate concasé.

Añadir el laurel y el romero, condimentar, cocinar un momento y devolver a la cocción el jamón, el ajo y la guindilla, mojar con caldo y hervir todo tapado durante 5 minutos, añadir la pasta y cocinar junto, detener la cocción cuando los galets estén en su punto. Rectificar.



La mejor formación  
está en la calidad

## **MUSLO DE POLLO Y PATATAS CON ALIÑO TRADICIONAL MEDITERRÁNEO**

### ***Ingredientes***

- *1 muslo de pollo abierto p.p.*
- *C/S de ajo en polvo*
- *C/S de cebolla en polvo*
- *C/S de orégano*
- *C/S de pimentón rojo dulce*
- *Sal al gusto*
- *C/S de aceite de oliva*

### ***Guarnición***

- *1 patata p.p.*
- *C/S de perejil picado*
- *2 d. de ajo*
- *C/S de aceite de oliva*
- *2 ajos tiernos p.p.*
- *1 rama de romero*
- *Aceite de girasol*

### ***Elaboración***

Precalentar el gratinador a 200°.

Abrir el cuarto de pollo procurando que la carne quede lo más expuesta posible.

En un bol preparar el aliño de ajo, cebolla, orégano, pimentón dulce y sal, añadir aceite de oliva para poder untar el muslo de pollo con esta preparación. Macerar filmado, durante 15 minutos, en la nevera. Reservar una parte del aliño para utilizarlo después como salsa.

Lavar y cortar las patatas en panadera con piel, llevar a una bandeja de horno, añadir sal, pimienta, perejil picado y ajo laminado, cubrir con aceite de oliva, llevar al horno a confitar el tiempo necesario hasta que estén en su punto. Retirar, escurrir el exceso de aceite y utilizar como guarnición.

Decorar el plato con un par de ajos tiernos cocinados en sartén, con poco aceite y de manera suave



La mejor formación  
está en la calidad

## **PASTELITO DE MELINDROS CON CREMA PASTELERA, KIWI, FRESAS Y MENTA**

### ***Ingredientes***

- 1 bandeja de fresas del tiempo
- 2 kiwis
- 1 bandeja de hojas de menta

### ***Para los Melindros***

- 75 gr de yemas de huevo
- 230gr de clara de huevo
- 160 gr. de azúcar glas
- 190 gr. de harina floja

### ***Para la Crema pastelera***

- 250 ml leche
- 50 gr. azúcar
- 2 yemas de huevo
- ½ rama de vainilla
- 20 gr. de maicena

### ***Elaboración***

#### ***Para los Melindros***

Blanquear y montar las yemas de huevo junto con 50 gr de claras y 100 gr de azúcar, una vez montado añadir la harina

Montar a punto de nieve el resto de claras y a medio montar ir incorporando el resto de azúcar glas sin dejar de montar. Añadir la segunda preparación a la primera de manera cuidadosa y con movimientos envolventes.

Llevar a manga pastelera con boquilla redonda, poner papel de horno en bandeja y formar piezas de melindro sobre este. Hornear a 180° durante 12 minutos aproximadamente.

Espolvorear con azúcar glas por encima una vez saquemos la masa del horno.

#### ***Para la Crema pastelera***

Poner la leche en un cazo a calentar, repelar la vaina de vainilla y añadir a la leche, infusionar.

Poner las yemas de huevo en un bol, añadir el azúcar y blanquear, añadir la maicena. Cuando la leche llegue a ebullición, verter sobre esta preparación, mezclar bien y volver a llevar al cazo, levantar temperatura removiendo con varilla hasta que de nuevo alcance ebullición, cocinar 1 minuto, trasladar a otro recipiente en frío, tapar con papel film a la piel y dejar enfriar.

Lavar y cortar las fresas pelar y cortar el kiwi y reservar junto con las hojas de menta.



La mejor formación  
está en la calidad

## COCA DE RECAPTE Y ANCHOAS

### *Ingredientes*

- 2 pimientos rojos
- 2 berenjenas
- 2 cebollas
- Anchoas

### *Para la Masa coca*

- 150ml agua
- 75ml aceite oliva
- 300g de harina
- Sal

### *Elaboración*

Poner las verduras al horno 180° hasta que estén tiernas.  
Una vez hechas, pelarlas y reservar.

En un bol poner el agua el aceite y la sal e ir agregando la harina poco a poco, cuando este espesa seguimos amasando en el mármol agregando la harina hasta conseguir una textura manejable. Hacemos una bola y la cubrimos con un paño, reposamos 15min.

Dividir la masa en porciones individuales y estiramos dejamos reposar otros 5 min

Ponemos las verduras en tiras por encima repartidas, rociamos con aceite y horneamos 220° hasta que estén doradas. Antes de servir poner las anchoas



La mejor formación  
está en la calidad

## **COSTILLA DE CERDO CAMELIZADA**

### ***Ingredientes***

- *1 costillar de cerdo*
- *200g de frutos secos pelados*
- *1 rama de romero*
- *2 naranjas*
- *100 ml de miel*
- *100ml moscatel*
- *2 manzanas*
- *2 zanahorias*
- *2 cebollas tiernas*
- *Aceite oliva*
- *Sal pimienta*

### ***Elaboración***

En una bandeja de horno poner las costillas cortadas, las cebollas y las zanahorias troceadas, salpimentar poner aceite, la rama de romero y el moscatel

Hornear 190° 20 min y agregar el zumo de naranja y la ralladura de las pieles, dejamos 30 min mas y por ultimo añadir la miel, caramelizar 10 min sin dejar de voltear las costillas.

Hornear las manzanas cortadas en gajos

Acompañar con los frutos secos y la manzana.



La mejor formación  
está en la calidad

## **MOUSSE DE YOGURT**

### ***Ingredientes***

- 250 g de galletas de avena
- 100g mantequilla
- 8 hojas de gelatina
- 100g leche condensada
- 4 yogurts griegos
- 250ml de nata

### ***Elaboración***

Triturar las galletas y mezclar con la mantequilla pomada, forrar un molde de 20 cm y reservamos en la nevera.

Poner las hojas de gelatina en remojo 8 min

Calentar la leche condensada, escurrir la gelatina y mezclar con la leche condensada enérgicamente para que se deshagan bien y seguidamente juntamos con el yogurt.

Montamos la nata y la añadimos con la mezcla anterior con movimientos de abajo hacia arriba

Rellenar el molde con la base de galleta y enfriar en nevera 6hr.



La mejor formación  
está en la calidad

## **CROQUETAS DE BACALAO Y PUERRO**

### ***Ingredientes***

- 100gr. Mantequilla
- 160 gr. Harina
- 1 l. Leche
- 1 Puerro
- 200gr. Bacalao desmigado

### ***Elaboración***

Llevamos la leche a ebullición y reservamos.

En otro cazo precalentado colocamos la mantequilla a dados y la deshacemos, añadimos la harina y hacemos un Roux.

Agregamos la leche poco a poco para que no salgan grumos y terminamos como si fuera una bechamel muy espesa, rectificamos de sal, añadimos el puerro y el bacalao muy bien picado en crudo, cocemos un par de minutos y reservamos en un molde o bandeja. Dejamos enfriar

Moldeamos en redondo o a lo largo y pasamos por harina, huevo y pan rallado.

Freímos en abundante aceite caliente a unos 170°C





La mejor formación  
está en la calidad

## **BACALAO DE CUARESMA DE LA “IAIA MARÍA”**

### ***Ingredientes***

- *4 lomos de bacalao desalado*
- *40 g. de pasas*
- *50 g. de ciruelas*
- *50 g. de piñones*
- *4 Patatas*
- *150 g. de setas cortadas en trozos grandes*
- *Harina*
- *Aceite*
- *3 huevos duros*
- *Sal*
- *Fumet de pescado*

### ***Para la picada***

- *Azafrán*
- *Un diente de ajo*
- *Unas ramas de perejil*

### ***Elaboración***

Enharinar el bacalao, espolvorearlos de la harina sobrante y freírlos en aceite muy caliente. Escurrirlos y reservar.  
Limpiar las setas y saltearlas en una sartén con ajo y perejil. Reservar.  
Pelar las patatas y cortarlas en trozos, freírlas en aceite, a media cocción sacarlas y dejar que escurran. Reservar.

En una cazuela de barro con aceite, sofreír el bacalao y sofreír las pasas, piñones y las ciruelas.  
Una vez sofrido todo, añadir las patatas y rehogar un par de minutos para que cojan todos los sabores. Cubrirlo con el fumet y cocer las patatas, añadir el bacalao, las setas y los huevos duros. Dejar cocer a fuego suave unos minutos. Rectificar de sazón. Antes de terminar la cocción echar la picada, diluida con un poco de salsa de la cazuela.



La mejor formación  
está en la calidad

## **CUATRO CUARTOS DE COCO Y FRUTOS ROJOS**

### ***Ingredientes***

#### ***Para el cuatro cuartos***

- 300 g. de huevo.
- 300 g. de harina.
- 300 g. de mantequilla.
- 300 g. de azúcar.

#### ***Para la crema de coco***

- 6 c.s. de queso de untar.
- 600 ml. de nata
- 4 c.s. de azúcar.
- 1 c.c. de vainilla.
- 50 g. de coco rallado.

#### ***Para el coulis de frutos rojos***

- 300 g. de frutos rojos.
- 70 g. de azúcar.
- 50 ml. de agua.
- Zumo de un limón.

### ***Elaboración***

#### ***Para el cuatro cuartos***

Montar la mantequilla pomada con la mitad del azúcar hasta que doble de volumen. Montar las claras a punto de nieve. Montar las yemas con la otra mitad del azúcar e incorporarlas a la mantequilla. Tamizar la harina y añadirla a la mezcla. Incorporar las claras poco a poco y verter la masa en un molde encamisado con mantequilla y harina. Hornear a 180°C durante 35-40 minutos.

#### ***Para la crema de coco***

Mezclar la nata con el queso pomado y el azúcar. Montar la mezcla y añadir el coco rallado y la vainilla. Reservar en nevera.

#### ***Para el coulis de frutos rojos***

Calentar el agua con el azúcar y cuando empiece a hervir retirarlo del fuego y atemperarlo. Triturarlo con los frutos rojos y el zumo de limón. Colar varias veces y enfriar.

Cortar el bizcocho por la mitad y cubrir cada mitad con la crema de coco y el coulis de frutos rojos.



La mejor formación  
está en la calidad

## **VIEIRAS CONFITADAS CON BIZCOCHO DE OLIVAS NEGRAS Y PURE DE ZANAHORIA**

### ***Ingredientes***

- 400gr de vieiras.
- Aceite de oliva suave.
- Hierbas aromáticas.
- 2 dientes de ajo.

#### ***Para el Bizcocho de oliva***

- 200gr de pure de oliva negra.
- 115gr de mantequilla pomada.
- 5 huevos enteros.
- 25gr de glucosa.
- 15gr de azúcar glass.
- 250gr de harina
- 25gr de levadura royal.
- Pizca de sal

#### ***Para el Pure de zanahoria***

- 200gr de zanahorias.
- 50gr de azúcar.
- 30gr de licor de melocotón.
- 10gr de mantequilla.
- 100gr de aceite de oliva.

### ***Elaboración***

Calentamos aceite en un cazo junto los dientes de ajo pelados y las hierbas aromáticas, cuando alcance los 80°C, introducimos las vieiras y las retiramos del fuego con el cazo tapado. Reservamos a temperatura ambiente.

#### ***Para el Bizcocho de oliva***

Tamizamos la harina y mezclamos con la levadura.

Montamos con varillas eléctricas la mantequilla pomada, el azúcar glass y la glucosa, una vez montado añadimos los huevos 1 a 1, agregar la mezcla de harina y levadura y por último con lengua integramos el pure de olivas

Encamisar un molde y hornear 6 min a 165°C y subir 8 min a 180°C, reservar en rejilla.

#### ***Para el Pure de zanahoria***

Pelar las zanahorias y cortar a trozos. En un cazo hacer un caramelo rubio con el azúcar, verter poco a poco el licor de melocotón, disolver bien y agregar la mantequilla, las zanahorias cortadas, cocer a fuego bajo hasta obtener un pure, triturar muy bien, colar por chino y emulsionar con el aceite de oliva. Reservar.

### ***Montaje***

Pondremos una base de pure, trozos de bizcocho y en medio las vieiras.



La mejor formación  
está en la calidad

## **RAVIOLIS DE RICOTTA Y ESPINACAS CON PETALOS DE TOMATE Y JUGO DE ALBAHACA**

### ***Ingredientes***

- 150 gr. de harina normal
- 150gr de harina de fuerza.
- 3 huevos
- Pizca de sal.
- Pizca de aceite de oliva.
- 400 gr. de ricota
- 50 gr. de pan rallado
- 100 gr. de parmesano
- 400 gr. de espinacas frescas

### ***Para los Pétalos de tomate.***

- 15 tomates rojos
- Aceite de oliva
- Azúcar, sal, pimienta y tomillo

### ***Para la Albahaca fresca***

- Caldo de verduras.
- Goma xantana.
- 100 gr. de piñones
- 3 ajos

### ***Elaboración***

Cortar y limpiar las espinacas. Cocerlas al vapor con un poco de sal y mezclarlas con la ricota, el pan rallado y el Parmesano. Rellenar una manga pastelera con la farsa.

Mezclar haciendo un volcán, la harina con los huevos, la sal y el aceite, amasar hasta que quede bien lisa. Bolear, filmar y reposar 15 min en el frigo. Estirar la masa con la máquina. Hacer dos planchas y poner el relleno encima de una plancha. Tapamos con la otra. Cortamos los raviolis con el corta pastas. Cocemos en agua hirviendo con sal y laurel hasta que estén.

Cortamos los tomates en pétalos sin piel y los cocemos al horno con sal, pimienta, azúcar y aceite a 180°C hasta que doren.

Escaldamos la albahaca en agua y sal 5 seg. Enfriamos, y la trituramos con un poco de caldo de verduras caliente, colamos bien fino y rectificamos de sabor, espesaremos ligeramente con la xantana para engordar un poco el jugo.

Tostaremos los piñones y reservamos.

En una sote doraremos láminas de ajo, pondremos los raviolis 2 min, le tiraremos los piñones, los emplataremos y le añadiremos el jugo de albahaca, decoraremos con algunas hojas de albahaca y pétalos de tomate.



La mejor formación  
está en la calidad

## **SOPA DE PIÑA Y LIMA, FRUTA IMPREGANADA AL RON Y GRANIZADO DE MANDARINA**

### ***Ingredientes***

- 200gr de piña natural.
- 300gr de agua.
- 150gr de azúcar.
- 2 limas.
- 50gr de ron.

### ***Para la Fruta impregnada.***

- 200gr de agua.
- 125 de azúcar.
- ½ limón.
- 100gr de ron.
- 150gr de sandía
- 150 gr de melón
- 150gr de piña.

### ***Para el Granizado.***

- 500gr de zumo de mandarina.
- 100gr de dextrosa.
- 100gr de glucosa.
- 3 pieles de mandarina rallada.
- 4 hojas de gelatina.

### ***Elaboración***

Pondremos a cocer el agua y el azúcar esperamos que se disuelva y añadimos la piña troceada en mirepoix, la cocinamos unos minutos, añadimos el zumo de las limas y el ron, le damos unos minutos más. Trituramos y colamos, reservamos en frío.

### ***Para la Fruta impregnada.***

Pondremos a cocer el agua con el azúcar hasta que se disuelva, lo dejamos atemperar, añadimos el zumo de limón y el ron. Reservamos en frío y lo dejamos reposar 1 hora.

Cortamos la fruta a cuadrados de 1cm por 1 cm. Pondremos el almíbar de ron en una bandeja y colocaremos los dados de fruta, lo pondremos en la envasadora de vacío y daremos a envasar 3 veces dejando que el almíbar penetre al máximo en la fruta. Retiraremos la fruta y la reservaremos en frío.

### ***Para el Granizado.***

Hervir una parte del zumo con la dextrosa y la glucosa, añadir la ralladura de mandarina y tapar 5 min para infusionar fuera del fuego. Añadir las hojas de gelatina hidratadas y el resto del zumo. Colamos y enfriamos.

Pondremos a congelar en el abatidor.

### ***Montaje***

Pondremos de base la fruta impregnada, encima el granizado y decoramos con la sopa.



La mejor formación  
está en la calidad

## **SALMON ASADO CON GAMBAS**

### ***Ingredientes***

- 4 filetes de salmón de 140 gr
- 8 gambas
- 200 gr de champiñones
- 1 c.s.de semillas de hinojo o anís
- 6 escalonias
- 2 dientes de ajo
- Manojos de perejil fresco
- 1 huevo
- 150 ml de crema de leche
- 50 ml de anís
- 100 gr de mantequilla
- Sal y pimienta

### ***Elaboración***

Limpiaremos de piel y espinas el salmón

Retiraremos la parte ventral del salmón y cortamos en macedonia. Reservar

Pelamos las chalotes, cortaremos en ciselée y rehogamos en la mantequilla unos 10 minutos. Añadimos los ajos fileteados y seguimos cocción 3 minutos más.

Retirar la cebolla y el ajo y añadir con el salmón troceado y el perejil. Incorporar un huevo, salpimentar y turmizar el conjunto.

Colocar sobre los lomos de salmón.

Retirar el tallo a los champiñones y escaldar 4 minutos.

Limpiar las gambas de cabeza e intestino y reservar.

### ***Al pase.***

Fundir la mantequilla al fuego, colocar el salmón con el relleno hacia arriba. Tostar las semillas de hinojo, machacar al mortero y espolvorear por encima, regar con unas gotas de pernos o anís y cremar con la nata.

Mantener 1 minuto al fuego e introducir al horno a 180 °C unos 5 a 7 minutos en función del grosor del salmón.

En últimos minutos de cocción añadir las gambas y los champiñones.

Refrescar con eneldo o hinojo fresco al pase y servir en la misma cazuela.



La mejor formación  
está en la calidad

## **GRATIN DE FRESAS AL LIMON**

### ***Ingredientes***

- 200 ml de zumo de limón
- 200 ml de crema de leche
- 6 yemas de huevo
- 100 gr de azúcar
- 40 gr de maizena
- 4 hojas de gelatina
- ¼ kg de fresas

### ***Para el Merengue***

- 6 claras de huevo
- 150 gr de azúcar

### ***Para el Culis de mango***

- 100 ml de agua
- 100 gr de azúcar
- 200 gr de mango

### ***Elaboración***

Llevaremos a ebullición la crema de leche con el zumo de limón colado.

Blanqueamos las yemas de huevo con el azúcar y añadimos la maicena. Mezclaremos ambas preparaciones y mantenemos a fuego suave sin parar de remover unos 5 minutos.

Retiramos del fuego y agregamos las hojas de gelatina. Dejar entibiar.

Mientras montaremos al baño maria las claras de huevo. Incorporamos la mitad del azúcar a medio batido y el resto casi al final. Deben quedar rígidas.

Incorporamos cortando a la preparación anterior y refrigeramos hasta pase.

### ***Para el Culis de mango***

Preparamos un almíbar con el azúcar y el agua, refrigeramos y trituramos con el mango.

Colar y ajustar de gusto y consistencia.

Reservar en frío hasta pase.

### ***Al pase***

Cortar las fresas por la mitad y cubrir con la crema de limón.

Hornear a 220°C unos 3 minutos.

Retirar y acompañar con el culis de mango bien frío.

Decorar con unas hojas de menta.



La mejor formación  
está en la calidad

## **MEJILLONES A LA SIDRA CON TOSTADAS DE TOMATE SECO Y RICOTA**

### ***Ingredientes***

- *4 c.s de aceite de oliva*
- *2 cebollas*
- *1 diente de ajo*
- *200 ml de sidra*
- *1 hoja de laurel*
- *1 kg de mejillones*
- *100 ml de nata*
- *Sal pimienta*
- *Perejil*
- *1 barra de pan*
- *10 tomates secos*
- *1 lata de tomate triturado*
- *Albahaca*
- *250 gr de ricota*

### ***Elaboración***

En una cazuela grande freímos la cebolla picada durante 3 min. Añadimos el ajo picado y cocemos 2 min mas. Añadimos la sidra y la hoja de laurel hasta que se reduzca a la mitad. Incorporamos los mejillones limpios y tapamos. Cocemos unos 4 min hasta que los mejillones se abran. Reservamos los mejillones en una fuente. Pasamos el caldo por un chino y añadimos la nata. Reducimos y vertemos la salsa sobre los mejillones. Añadimos el perejil picado.

Hervimos los tomates secos con el tomate triturado 20 min a fuego suave. Retiramos los tomates de la salsa. Los trituramos con aceite y albahaca hasta conseguir un puré espeso. Servimos las tostadas de pan untadas con ricota y tomate





La mejor formación  
está en la calidad

## **BROCHETAS DE CORDERO MARINADAS CON COUS COUS DE ZANAHORIA**

### ***Ingredientes***

- *½ kg de carne de cordero.*
- *200 gr Cous cous*
- *4 zanahorias*
- *5 cebollas*
- *50 gr de mantequilla*
- *50 gr de Pasas*

### ***Para la marinada***

- *1 c.s de cilantro picado*
- *1.c.s de perejil picado*
- *1 c.c. de comino*
- *1 c.s de pimentón rojo*
- *1 c.c pimienta negra*
- *1 c.c. canela molida*
- *1c.c. de curcuma*
- *2 dl de aceite de oliva*
- *3 Ajos*
- *Sal*

### ***Elaboración***

Cortar la carne a dados.

Preparar una marinada triturando todos los ingredientes, embadurnar la carne y marinar 2 h.

Hervir las zanahorias con agua y sal.

Poner a sudar la cebolla con sal y granos de pimienta en una olla tapada a fuego suave. Añadir las pasas a los 20 min.

Tostar el cous cous con mantequilla añadir una cucharada de café de canela 1 de jengibre molido.

Añadir el agua hirviendo, remover fuera del fuego, tapar y dejar reposar 5 min. Volver a remover con dos tenedores.

Montar las brochetas como pinchos morunos y hacerlos a la plancha.

Servimos el cus cus con la zanahoria y la cebolla jugosa.



La mejor formación  
está en la calidad

## **DOLLY SIN 2**

### ***Ingredientes***

- 250 gr. agua
- 50 gr. de cacao
- 185 gr. mantequilla
- 500 gr. azúcar molasses o moreno o parte azúcar parte melaza
- 3 huevos
- 14 gr. de royal
- 250 gr. harina floja
- 265 gr. nata

### ***Para el baño***

- 50 gr de almibar 1:1
- 2.5 gr de regaliz.juanola
- 12,5 Licor de café Kalhua

### ***Para el Cremoso de chocolate y albahaca***

- 125 gr. Leche
- 125 gr. Nata
- 1,5 hojas de gelatina
- 25 gr de hojas de albahaca
- 37,5 gr de azúcar
- 40 gr. yema líquida
- 112 gr de chocolate de cobertura

### ***Elaboración***

Hervir el agua, la nata, el cacao y el azúcar.

Escaldar la harina y la levadura con la leche caliente.

Mezclar los huevos con la mantequilla fundida pero no caliente y añadir la mezcla anterior.

Rellenar un molde forrado con papel de horno y cocer 17 min a 165°C.

Servimos un trozo de pastel con una bola de helado.

Para el baño

Realizar el baño mezclando todos los ingredientes

### ***Para el Cremoso de chocolate y albahaca***

Llevar a ebullición la leche, la nata y las hojas de albahaca. Colar la infusión.

A continuación mezclar las yemas con el azúcar y escaldar las con la infusión de albahaca.

Cocer a hasta alcanzar los 82 °C, como una crema inglesa.

Añadir a la crema las hojas de gelatina previamente remojadas y escurridas.

Verter la crema en 3 tandas, sobre el chocolate cortado a trocitos mientras removemos con una lengua de gato.

Tapar a piel y reservar en nevera para que cuaje.

Romper la gelatinización batiendo con varilla manual antes de colocar en la manga pastelera.



La mejor formación  
está en la calidad

## **FRITOS DE BRIE CON COMPOTA DE FRUTAS ROJAS**

### ***Ingredientes***

- 100 gr de harina
- Pizca de sal
- 1 huevo
- 2 claras de huevo
- 100 ml de aceite de girasol
- 100 ml de cerveza
- 300 gr de queso brie

### ***Para la Compota de frutas***

- 200 gr de frutas rojas
- 150 gr de azúcar
- 1 pieza de anís estrellado
- 1 rama de canela
- 5 gr de jengibre
- 1 c.c.de vainilla líquida

### ***Elaboración***

#### ***Para la Compota de frutas***

Limpiaremos las frutas rojas y las pondremos en una reductora con el azúcar, las especias tostadas y cubriremos con agua. Coceremos a fuego suave hasta que el agua haya evaporado completamente

#### ***Para la masa***

Tamizamos la harina con la pizca de sal

Batiremos el huevo con el aceite y añadiremos a la harina.

Incorporaremos la cerveza y mezclamos hasta obtener una masa homogénea.

Montamos las claras a punto de nieve y mezclamos cortando con lengua.

Cortaremos los dados de brie, pasamos por harina y sumergimos en la masa

Freiremos unos 2 a 3 minutos en aceite de girasol a unos 160 °C

Acompañamos de la compota.



La mejor formación  
está en la calidad

## **SALMIS DE CODORNICES CON PATATAS PANADERA**

### ***Ingredientes***

- 4 codorniz
- 50 gr de manteca de cerdo
- 100 ml de brandi
- 4 patatas
- 2 cebollas
- 100 gr de mantequilla clarificada
- Sal y pimenta

### ***Para la salsa***

- 2 escalonias
- Hierbas aromáticas
- 100 ml de vino de oporto
- 200 ml de vino tino
- Sal y pimenta
- 200 ml de fondo de setas o de ave
- 50 gr de mantequilla
- Sal y pimienta

### ***Elaboración***

Deshuesamos las codornices y marcamos con la manteca de cerdo en una sartén 2 minutos. Flameamos con el coñac, retirar y salpimentar. Guardar el líquido de cocción.

Cortamos las patatas en rodajas de ½ cm y la cebolla en juliana

Colocamos una bandeja de horno con el líquido de cocción y horneamos a 160 °C unos 20 minutos.

Retirar.

### ***Para la salsa***

Horneamos las carcasas unos 15 minutos a 240 °C

Cortaremos los chalotes en juliana y sofreiremos en la mantequilla clarificada. Agregamos las carcasas y espolvoreamos con un poco de harina. Flameamos con los alcoholes, reducimos y mojamos con el fondo. Dejamos cocer tapado 15 minutos.

Pasamos por el chino y ligamos con mantequilla.

Acabamos la cocción de las codornices al horno con las patatas y salseamos.



La mejor formación  
está en la calidad

## **CREMET CON FRUTOS ROJOS**

### ***Ingredientes***

- 250 gr de mascarpone
- 40 gr de azúcar lustre
- 2 claras de huevo
- 80 gr de azúcar
- ¼ l de crema de leche de 35%
- 1 c.c.de vainilla líquida

### ***Para el Culis de frutas rojas***

- ¼ l de frutas rojas
- 100 ml de agua
- 100 gr de azúcar
- 1 hoja de gelatina

### ***Elaboración***

Batiremos el queso con el azúcar lustre y la vainilla líquida.

Montaremos las claras al baño maría con el azúcar e incorporamos cortando a la preparación anterior.

Refrigeramos y mientras montamos la crema de leche.

Incorporamos cortando a la preparación anterior y colocamos en los moldes de servicio

Refrigeramos unas 4 horas y cubrimos con los frutos rojos

### ***Para el Culis de frutas rojas***

Preparamos un almíbar con el agua y el azúcar.

Retiramos del fuego y agregamos la hoja de gelatina previamente hidratada.

Añadiremos las frutas rojas y turmizamos, colamos y ajustamos de sabor.



La mejor formación  
está en la calidad

## **KEBABS DE CORDERO A LA PARRILLA CON TZATZIKI**

### ***Ingredientes***

#### ***Para los kebabs***

- *1/2 kg de carne de cordero picada*
- *1 c. de menta picada*
- *1 diente de ajo*
- *Ralladura de 1 limón*
- *100 gr. de pistachos*
- *1 huevo batido*
- *1 guindilla fresca*
- *1 c. de comino*
- *Sal y pimienta*
- *Ensalada variada*
- *Brochetas*

#### ***Para el tzatziki***

- *1 pepino*
- *300 gr. de yoghurt griego natural*
- *1 diente de ajo*
- *Menta fresca*
- *1c. de aceite de oliva*
- *Sal y pimienta*

### ***Elaboración***

#### ***Para los kebabs***

En un bol mezclar la carne picada con las especias, el diente de ajo picado, los pistachos picados y ligarlo todo con el huevo batido. Dividir la carne en cuatro partes y colocar la carne alrededor de los pinchos, apretando la carne con las manos húmedas. Cocer los kebabs a la parrilla con un poco de aceite de oliva.

#### ***Para el tzatziki***

Cortar los pepinos por la mitad a lo largo y extraer las semillas. Pelarlos y rallarlos groseramente. Cubrir un colador fino con un paño filtrante y colocar el pepino en su interior. Prensar el pepino con firmeza para que suelte todo el líquido. Colocar este en un cuenco y añadir el yogurt, los ajos, el aceite y la menta y mezclarlo bien. Sazonar al gusto.

Servir los kebabs con la ensalada y el tzatziki



## **DORADA A LA SAL AL ESTILO MEDITERRÁNEO CON SALSA DE ESPINACAS**

### ***Ingredientes***

#### ***Para la dorada***

- *Una dorada de ración por persona limpia sin escamar*
- *Hierbas frescas, albahaca, perejil*
- *2 limones uno en rodajas y el otro rallado*
- *2 kg de sal gruesa*
- *La ralladura de una naranja*
- *Un huevo*
- *Aceite de oliva*

#### ***Para la salsa de espinacas***

- *30 g de mantequilla*
- *3 dientes de ajo*
- *6 chalotas*
- *2 cucharillas de mostaza de Dijón*
- *200 g de espinacas*
- *140 g de nata*
- *Sal y pimienta*

#### ***Otros***

- *Una bolsa de brotes de berro*
- *Sal, ralladura y zumo de limón*

### ***Elaboración***

#### ***Para la dorada***

Precalienta el horno a 220 ° C. Después rellena el hueco de las tripas con una mezcla de hierbas y rodajas de limón.

Mezcla la sal con la ralladura de naranja, limón y el huevo batido.

Salpica la sal con un poco de agua y mézclala como si fuera arena mojada. Extiende una capa de 1 cm. sobre la bandeja del horno. Frota la piel del pescado con aceite y cúbrelo con la sal compactándola con unas palmaditas.

Hornea el pescado en el horno entre 15 o 20 minutos. No obstante es difícil precisar el tiempo de cocción, ya que dependerá del grosor de la sal y del tamaño del pescado.

#### ***Para la salsa de espinacas***

Fundir la mantequilla dentro de un cazo, añadir la chalota ciselée con una pizca de sal y sudarla hasta que este tierna y translúcida. Añadir la mostaza y las espinacas, revolver y cocer durante 3 minutos o hasta que las espinacas pierdan el agua de vegetación y reduzcan su volumen. Añadir los ajos asados. Incorporar la nata y cocer durante un par de minutos pero sin que llegue a hervir. Retirar del fuego y triturar con un túrmix. Poner a punto de sal y pimienta.

Servir la dorada con la salsa y los brotes de berro aliñados con aceite ralladura y zumo de limón sal y pimienta.



La mejor formación  
está en la calidad

## **TARTA SARA**

### ***Ingredientes***

#### ***Para el bizcocho genovesa***

- 3 huevos
- 90 g. de harina
- 90 g. de azúcar
- 5 g. de impulsor

#### ***Para la crema de mantequilla dulce***

- 300 gr. mantequilla pomada
- 300 g. de almíbar (200 g. de agua y 240 g. de azúcar)
- c/s de brandi

#### ***Para el almíbar baño sara***

- 100 g. de agua
- 100 g. de azúcar
- 1 c.s. de ron

#### ***Otros***

- Almendra fileteada
- Azúcar glas

### ***Elaboración***

Blanquear los huevos con el azúcar, añadir la harina tamizada con el impulsor, con cuidado envolviendo los huevos. Cocer a 180 ° C. durante 17 -20 minutos.

Emulsionar la mantequilla pomada con varilla eléctrica, hasta tonalidad blanquecina y textura cremosa. Pesar 200 ml. de jarabe frío y verterlo poco a poco sobre la mantequilla, emulsionando con varillas eléctricas. Reservar en frío.

Cortar el bizcocho en tres, bañarlo con el almíbar, rellenarlo con la crema de mantequilla y terminarlo cubriéndolo con más crema de mantequilla y almendra fileteada tostada.





La mejor formación  
está en la calidad

## **ESPAGUETIS AL PESTO CON SALMÓN FRESCO Y HUEVO POCHE**

### ***Ingredientes***

- *½ suprema de salmón fresco p.p.*
- *1 huevo*
- *Tomates cherry*
- *Hojas de albahaca*

### ***Para el pesto***

- *50 gr. de espaguetis p.p*
- *Hojas de albahaca*
- *Hojas de perejil*
- *1 d. de ajo*
- *Aceite de oliva*
- *Queso parmesano rallado*
- *Piñones*
- *Agua de hervir los espaguetis*
- *Sal*

### ***Elaboración***

Poner todos los ingredientes del pesto menos el agua en un vaso de túrmix, mixar hasta obtener una preparación fina., aligerar con un poco de agua de hervir la pasta, rectificar y reservar.

Poner agua en un cazo a calentar, verter el huevo en el agua antes de ebullición, remover para formar el huevo poché. Reservar.

Marcar el salmón a dados o desmenuzado en una sartén con muy poco aceite de girasol, reservar

En una sartén pondremos los espaguetis junto con una parte del pesto, rehogar todo, añadir salmón, mezclar sin romper, colocar el huevo poché en el centro, decorar con el tomate cherry y las hojitas de albahaca.



La mejor formación  
está en la calidad

## **RISOTTO DE CALCOTS CON LUBINA Y NARANJA**

### ***Ingredientes***

- *C/S de fumet de pescado*
- *2 champiñones*
- *2 cebollas medianas*
- *3 calçots horneados*
- *80 / 100 gr de arroz p.p*
- *1 nuez de mantequilla*
- *Queso parmesano rallado*
- *Zumo ½ naranja*
- *Piel ½ naranja cortada en juliana*

### ***Para la Gástrica de naranja***

- *½ naranja*
- *50 gr de azúcar*
- *100 g de agua*

### ***Elaboración***

Rehogar los champiñones cortados a cuartos, reservar.

Rehogar la cebolla en brunoise, añadir y rehogar los calçots troceados a fuego muy suave, devolver champiñones, añadir el arroz y nacarar. Mojar con fumet y cocinar, añadir la mitad del zumo de naranja, cocinar hasta que esté en su punto.

Limpiar lubina y marcar el pescado por el lado de la piel, girar y marcar por el lado de la carne.

Emplatar el arroz, espolvorear por encima con parmesano rallado, acompañar con la lubina y decorar con la gástrica.

### ***Para la Gástrica de naranja***

Hacer un zumo de ½ naranja y cortar trocear la piel limpia de pulpa blanca

Con el azúcar, el agua y la mitad del zumo de naranja haremos una reducción. Reservar.



La mejor formación  
está en la calidad

## **ROBIOLS DE MALLORCA RELLENOS DE CONFITURA DE NARANJA, REQUESÓN O CABELLO DE ÁNGEL**

### ***Ingredientes***

- 1 naranja
- 1 yema de huevo
- 50 gr. de azúcar
- 100 gr. de manteca de cerdo
- 1 C.S. de aceite de oliva suave
- 400 gr. de harina
- 2 C.S de leche

### ***Para el Relleno***

- 200 gr de requesón
- 40 gr de azúcar glas
- Ralladura de limón
- 1 c.c. de canela en polvo
- Confitura de naranja
- Cabello de Ángel

### ***Elaboración***

Poner la yema de huevo y el azúcar en un bol, remover para mezclar bien, añadir manteca de cerdo a temperatura ambiente, exprimir la naranja y añadir el zumo a la mezcla anterior, mezclar, añadir el aceite de oliva, mezclar, añadir la mitad de la harina y amasar, ir añadiendo harina hasta que la masa no se nos pegue en las manos. Reposar la masa en nevera envuelta en papel film.

Retirar masa de la nevera estirar cubierta sobre papel de horno sin que quede demasiado fina, recortar con aro para formar los robiols, rellenar con los ingredientes deseados y cerrar con tenedor.

Poner los robiols en bandeja de horno y hornear a 180° durante 10 ó 15 minutos vigilando que no se quemen.



La mejor formación  
está en la calidad

## **RAVIOLIS DE REMOLACHA Y QUESO DE CABRA AL PESTO**

### ***Ingredientes***

- 1 remolacha cocida
- 20 ml de agua
- 150 g de harina
- 4 cebollas
- 1 rulo de queso de cabra

### ***Para el pesto***

- 30g albahaca
- 30g nueces
- 1 diente de ajo
- 20g parmesano
- 40 ml aceite oliva
- Sal y pimienta

### ***Elaboración***

Triturar todos los ingredientes del pesto y reservar en nevera.

Triturar la remolacha con el agua y reservar

Cortar la cebolla en juliana y cocer a fuego muy lento hasta que esté caramelizada

En un bol ponemos la harina tamizada y la pasta de remolacha que hemos reservado

Mezclamos hasta poder amasar, puede que nos falte harina o agua.

Hacemos una bola envolvemos con film y dejamos reposar 30min

Dividimos la masa en 2 y estiramos formando dos cuadrados iguales.

Rellenar con la cebolla y el queso y tapar con la capa de masa , cortamos con la ayuda del cortador de pasta. Hervir en abundante agua durante 4min o hasta que floten.



La mejor formación  
está en la calidad

## **MERLUZA A LA MARINERA**

### ***Ingredientes***

- *4 rodajas de merluza*
- *12 almejas*
- *12 mejillones*
- *4 langostinos*
- *Un chupito de absenta o maria brizart*
- *2 cebollas*
- *6 tomates rallados*
- *Fumet de pescado*
- *1 picada (almendras ,galletas, perejil ,ajo, brandy)*
- *Harina*
- *Aceite*
- *Sal pimienta*

### ***Elaboración***

Cortar la cebolla en brunoise y cocer a fuego lento con un poco de aceite , cuando esté agregar el tomate rallado y seguir sofriendo por ultimo agregamos la picada y reservamos.

Harinar la merluza la freímos y la colocamos en una cazuela, abrimos los mejillones y las almejas por separado y reservamos, saltear los langostinos y ponerlos junto a la merluza. Añadimos la salsa y un vaso de fumet y los líquidos de los mejillones a la cazuela y dejamos cocer 15min a fuego lento, por ultimo agregar los moluscos y hornemos 2min .



La mejor formación  
está en la calidad

## **BUNYOLS DE L'EMPORDA**

### ***Ingredientes***

- 500g de harina
- 125g de azúcar
- 4 huevos
- 15 matafaluga
- 5g de sal
- 1 raspadura de limón
- 50g manteca de cerdo
- 30g de levadura prensada
- 125ml de leche tibia
- 40ml de moscatel

### ***Elaboración***

En un bol incorporar la harina, el azúcar y la manteca de cerdo, la levadura y la sal, amasar, incorporar la matafaluga, la piel del limón rallada y la leche seguimos amasando y por último los huevos sin dejar de amasar hasta conseguir una masa homogénea.

Dejar reposar 2 hr en un sitio tibio y sin corrientes de aire para que doble su volumen.

Cortar en porciones pequeñas y amasamos haciendo bolas, cuando estén listas freímos cogiéndolas con los dedos haciendo un agujero en medio, controlar la temperatura

Espolvorear con azúcar y anís