



La mejor formación
está en la calidad

ROLLITOS DE SALMÓN EN PANKO

Ingredientes

- Láminas de alga nori
- 400 g de salmón limpio sin piel ni espinas
- 3 cucharadas de queso crema
- 1 Aguacate
- Cebollino picado
- Palitos de carne de cangrejo o surimi
- 1 cucharadita de semillas de sésamo
- Aceite de girasol

Para el rebozado:

- 8 cucharadas de harina * panko o pan rallado japonés
- 1 huevo batido
- Agua fría si procede

Para la salsa:

- 25 g de azúcar * 25 g. de salsa mirin * 25 g. de salsa de soja * 25 g. de sake
- 25 g. de zumo de naranja
- Ralladura de naranja

Elaboración

Comenzamos cortando la lámina de alga Nori en dos partes iguales. Pelamos y cortamos el aguacate en tiras. Reservamos. A continuación, cortamos 6 lonchas de salmón en tiras iguales.

Para formar el rollito, disponemos una tira de alga nori de forma vertical en la tabla y una loncha de salmón de forma horizontal en la parte inferior del alga dejando un espacio de dos dedos aproximadamente. Encima del salmón añadimos una tira de aguacate y un palito de cangrejo o surimi, queso crema y un poco de cebollino. A continuación, juntamos otra lámina de salmón Mojamos el borde superior del alga nori con agua y enrollamos de abajo hacia arriba. Obtendremos un rollito. Repetimos el proceso con el resto.

Preparamos una masa de rebozado con la harina, el huevo y un poco de agua fría hasta obtener una textura parecida a la masa de tempura. Rebozamos nuestros rollitos de salmón, y después los pasamos por el panko. Colocamos una sartén con aceite de girasol y freímos a fuego fuerte durante unos segundos sin que el salmón se cocine en exceso. Escurrimos en un plato con papel de cocina.

Para preparar la salsa, disponemos todos los ingredientes en un cazo, removemos bien y calentamos a fuego bajo hasta que el azúcar se haya disuelto y la salsa reduzca un poco.

Cortamos cada rollito en tres, los disponemos en un plato y los acompañamos de la salsa.



La mejor formación
está en la calidad

OKONOMIYAKI

Ingredientes

- *1/2 col china*
- *80 g de brotes de soja frescos*
- *2 zanahorias en juliana*
- *1 cebolla tierna en juliana*
- *1 calabacín en juliana*
- *3 Huevos*
- *75 g. de harina*
- *Agua o caldo Dashi*
- *150 g de beicon ahumado troceado*
- *salsa tonkatsu*
- *mahonesa*
- *sal*
- *pimienta*
- *láminas de bonito seco*
- *cebollino picado*
- *aceite de oliva*

Elaboración

Picamos todas las verduras en juliana muy fina y la reservamos en un bol. Le incorporamos los brotes de soja, el huevo, la harina, algo de agua, una pizca de ajinomoto y lo mezclamos y lo ligamos hasta que quede homogéneo.

Calentamos una sartén al fuego, cuando esté caliente, añadimos el beicon ahumado troceado para que suelte la grasa. Cuando esté dorado lo retiramos y lo añadimos al bol con los otros ingredientes. Rectificamos de sal y pimienta. Tiene que quedar sabrosa.

En la misma sartén añadimos un poco de aceite de oliva y aprovechamos la grasa que ha soltado el beicon. Ponemos el fuego fuerte, añadimos toda la mezcla, la extendemos y la cocinamos hasta que cuaje, le damos la vuelta y la doramos por la otra parte.

Colocamos el okonomiyaki en un plato y la untamos con salsa tonkatsu y líneas entrecruzadas de mahonesa. La decoramos con cebollino picado y láminas de atún.



La mejor formación
está en la calidad

TARTA DE ZANAHORIAS CON CREMA Y COCO

Ingredientes

- 3 huevos
- 200 g. de azúcar
- 140 g. de harina
- 1 g. de sal
- 10 g. de impulsor
- 100 g. de aceite
- 40 g. de nueces picadas
- 80 g. de piña triturada
- 200 g. de zanahoria rallada
- 1 c.c de 4 especias

Para la crema:

- 200 g. de mantequilla pomada
- 200 g. de azúcar glas
- 250 g. de queso philadelphia
- 80 g. de pulpa de piña
- 40 g. de coco rallado tostado
- Nueces

Decoración:

- 50 g. de coco rallado tostado

Elaboración

Blanqueamos los huevos con azúcar. Añadir el aceite y la harina tamizada con el impulsor, la sal. Añadir la piña triturada, las nueces picadas y las zanahorias ralladas y finalmente las cuatro especias. Verter la masa en un molde de 18 cm. de diámetro y cocer a 170 ° C alrededor de 25 a30 minutos.

Para la crema:

Cremar la mantequilla pomada con el azúcar glas, añadir el queso la pulpa de piña y el coco rallado tostado.

Espolvorear toda la tarta con coco rallado tostado, decorar con rosetones de crema y decorar con zanahorias de fondant.



La mejor formación
está en la calidad

GAMBA SEMI CRUDA, RUCOLA, COL, ARENAS DE SÉSAMO, COLIFLOR ENCURTIDA EN SOJA Y VINAGRETA DE LIMÓN

Ingredientes

- 4 gambas

Para las Arenas de sésamo

- 40 gr de aceite de sésamo
- 10 gr de semillas de sésamo
- 20 gr de malto dextrina

Para la Coliflor encurtida

- 1 coliflor pequeña
- 100 ml de soja

Para la Vinagreta de limón

- 100 ml de aceite de oliva
- 50 ml de zumo de limón
- 1 c.c. de miel
- Sal y pimenta

Elaboración

Limpiar las gambas y retirar el intestino. Reservar en frío

Freír las cabezas con 100 ml de aceite de oliva y una hoja de laurel unos 5 minutos. Añadir un poco de harina y cocer 3 minutos.

Pasar por chino apretando las cabezas. Ajustar de sazón el líquido y reservar en frío.

Para las Arenas de sésamo

Colocar la malto dextrina en un cuenco con las semillas y agregar el aceite.

Remover con cuidado hasta que el aceite haya sido absorbido. Reservar hasta aspe

Para la Coliflor encurtida

Retirar ramilletes de coliflor y cortar en láminas de 2 mm.

Escaldar 1 minuto en agua hirviendo, parar cocción e introducir en la soja. Reservar en frío.

Para la Vinagreta de limón

Batir la miel con la sal, la pimenta y el zumo de limón. Añadir el aceite al hilo.

Cubrir las gambas con la vinagreta.

Montaje

Colocar una base de salsa de mársico y disponer las gambas

Decorar con rúcula y con la col cortada en chiffonade muy fina.

Añadir unas láminas de coliflor.

Decorar con la arena de sésamo alrededor



La mejor formación
está en la calidad

VENTRESCA DE ATUN CON JALEA DE TOMATE, SALSA DE JENGIBRE Y MAYONESA DE MISO

Ingredientes

- 4 Ventrescas de unos 100 gr
- Laurel

Para la Jalea de tomate

- ¼ kg de tomate rojo
- 2 hojas de gelatina
- 15 gr de albumina en polvo
- 50 gr de aceite de oliva
- Sal y pimienta

Para la Salsa de jengibre

- 100 ml de vino blanco
- 100 ml de vinagre blanco
- 40 gr de miel
- 10 gr de jengibre fresco
- 6 dientes de ajo
- 50 ml de aceite
- Sal y pimienta

Para la Mayonesa de miso

- 50 ml de aceite de oliva
- 50 ml de aceite de girasol
- 10 gr de miso rojo
- 1 huevo
- Sal y pimienta
- 1 c.s. de zumo de limón

Elaboración

Escaldar la Ventresca 2 minutos en agua salada con vinagre y laurel. Parar cocción y confitar 2 minutos en aceite a fuego muy suave. Retirar y reservar hasta pase.

Para la Jalea de tomate

Despitar el tomate y turmizar con todos los ingredientes añadiendo la gelatina hidratada y disuelta en un poco de agua caliente. Reservar en frío y montar con varilla al pase.

Para la Salsa de jengibre

Pelar los ajos y confitar en aceite hasta que estén tiernos, retirar el exceso de aceite y añadir el jengibre cortado en ciselée. Mantener 1 minuto y añadir la miel, el vino y el vinagre. Llevar a ebullición y retirar del fuego. Emulsionar con el aceite al hilo, sal y pimienta.

Para la Mayonesa de miso

Proceder de la manera habitual añadiendo el aceite al hilo

Montaje

Colocar una base de salsa de jengibre.
Acabar la Ventresca al horno a 180 °C 2 minutos
Acompañar con la mayonesa en un lateral y cubrir con el gel de tomate.



La mejor formación
está en la calidad

RAVIOLIS CRUJIENTES DE PLATANO CON HELADO DE YOGURT

Ingredientes

- 24 placas de masa won ton
- 2 plátanos
- 50 gr de azúcar moreno
- Piel de naranja y limón
- 100 ml de ron

Para el helado de yogurt

- ½ piña madura
- 1 yogurt griego
- 80 gr. de azúcar (aprox)
- 1 clara de huevo
- 40 gr de glucosa o de miel
- 1 c.s. de menta
- Estabilizante para helados según proveedor

Elaboración

Pelar los plátanos, cortar en rodajas de 1, 5 cm y dorar con un poco de mantequilla 2 minutos.

Añadir el azúcar, esperar a que funda y reducir el ron.

Retirar.

Cocer las hojas de won ton 2 minutos en agua. Retirar y rellenar con el plátano, cubriendo con otra hoja, cerrando bien los bordes

Reservar hasta pase

Para el helado de yogurt

Cortaremos en dados. Pondremos la piña y el azúcar, junto con la glucosa o la miel y las hojas de menta en una batidora y trituraremos hasta obtener una masa homogénea.

Añadimos el yogurt. Probaremos y añadimos más azúcar en caso de necesidad.

Montaremos las claras a punto de nieve e incorporaremos a la mezcla anterior junto con la menta picada.

Colocaremos en la heladora

Al pase

Freír por inmersión los raviolis 2 minutos n aceite bien caliente.

Escurrir en papel y espolvorear con azúcar y canela

Acompañar del helado.



La mejor formación
está en la calidad

ROLLITO DE LANGOSTINOS CON SALSA DE CACAHUETE Y AGRIDULCE

Ingredientes

- 12 langostinos
- 1/2 lechuga romana o trocadero
- Albahaca o menta fresca
- 250 gr Fideos de arroz (vermiceli)
- 6 Obleas de arroz
- 1 pepino
- 1 lata de leche de coco
- 150 gr de cacahuets tostados

Para la salsa agridulce

- 3 ajos
- 1c.s.jengibre
- 100gr de vinagre de arroz
- 100gr de azúcar
- 3 c.s. Salsa de pescado thai
- 50 gr de agua
- 2 c.s. de vinagre de jerez
- 1 c.s pimiento picante seco picado
- 1 c.s de maizena
- 3 c.s. de agua.
- 1 Zumo de naranja
- 1c.s de menta picada

Elaboración

Cocer los langostinos en abundante agua hirviendo, máximo 3 min. Después enfriar en agua fría.

Cocer los vermiceli según las instrucciones. Enfriar y escurrir.

Poner en remojo las obleas de arroz. Cuando estén hidratadas rellenarlas con cuidado de hojas de lechuga, langostinos, hojas de albahaca vermiceli y menta. Envolver el rollito.

Para la salsa triturar el coco y los cacahuets tostados.

Servir los rollitos cortados, con su bol de salsa.

Decorar con sésamo tostado

Si tenemos salsa agridulce comprada la rectificaremos con el zumo de 1 naranja y las hojas de menta picadas.

Para hacer la salsa ponemos en una olla el vinagre de arroz, el azúcar, el agua, la salsa de pescado, el vinagre de jerez, el ajo, el jengibre y la pimienta. Llevamos a ebullición y reducimos a fuego suave durante 10 min. añadimos la maizena diluida en agua y dejamos ligar durante 3 min. Añadimos la menta picada y el zumo de limón.

Servimos el rollito con salsa agridulce, salsa de coco y sésamo tostado.



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*
- *1 naranja*
- *Menta*

Para la marinada

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

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. Enfriar cuando estén tiernas.

Poner a sudar la cebolla en una olla tapada con sal y granos de pimienta a fuego suave. 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 y aliñar con un chorro de naranja.

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

HELADO DE TE MACHA

Ingredientes

- 150 gr de leche
- 500 gr de nata
- 15 gr de te macha
- 50 gr de procrema
- 8 yemas de huevo
- 70 gr de azúcar

Para las tejas de almendra

- 3 Claras de huevo
- 125 gr. azúcar
- 30 gr. harina
- 30 gr. mantequilla
- 100gr. de almendra picada
- Ralladura de limón

Elaboración

Infusionar el té macha con la leche y la nata.

Batir las yemas con el azúcar

Hacer una crema inglesa con la nata infusionada y las yemas cociendo al baño maría hasta 82 °C.

Añadir el procrema.

Enfriar rápidamente en el abatidor y después a la heladera.

Para las tejas de almendra

Mezclar la claras con el azúcar harina y mantequilla y después incorporar las almendras.

Dejar reposar en la nevera. Después en una bandeja forrada con papel de horno, ir poniendo montoncitos de masa procurando que queden muy finos.

Cocer al horno a 200° unos 5 minutos, sacar cuando los bordes se empiecen a dorar.

Con el mismo papel de horno enrollarlas con un rodillo para que se quede la forma de teja.



La mejor formación
está en la calidad

SOPA DE NOODLES Y POLLO

Ingredientes

- *1 cucharada de pistachos*
- *1 cucharada de almendras*
- *1 cucharada de cacahuetes*
- *1 pizca de jengibre picado*
- *1 pizca de cayena*
- *2 yemas de huevo cocido*
- *2 pechugas de pollo*
- *1 pizca de canela*
- *1 pizca de curry*
- *1 puñado de noodles de arroz crudos*
- *1 puñado de vainas cortadas al bies*
- *6 espárragos trigueros pelados*
- *1 nabo pequeño cortado en láminas con la mandolina*
- *1 pizca de salsa de soja*
- *1 lima*
- *2 puñados de espinacas crudas*
- *1 l. de caldo o 1 l. de agua + pastilla*

Elaboración

Cortar la parte verde de las cebolletas tiernas crudas en tiras finas.

Saltear con una pizca de aceite, pistachos, almendras, cacahuetes y cayena.

Añadir los frutos secos a un mortero con el jengibre las yemas de huevo, majamos

Cortar los espárragos en tacos.

Adobamos las pechugas con canela, curry, sal y pimenta.

Añadir al caldo o el agua las vainas, los espárragos el nabo, la salsa de soja y cocemos 10 minutos.

Añadimos al caldo los noodles el zumo de lima. Hervir unos minutos.

En la sartén, asamos las pechugas de pollo con pizca de mantequilla o aceite.

Colocar las espinacas crudas en el fondo de los boles, las pechugas trinchadas.

Verter la sopa encima.

Espolvorear con lo verde de cebolleta en finas tiras



La mejor formación
está en la calidad

CERDO AGRIDULCE

Ingredientes

- *1 solomillo de cerdo*
- *1 cebolla roja picada*
- *1 pimiento rojo picado*
- *1 pizca de jengibre picado*
- *2 dientes de ajo picados*
- *1 cayena*
- *Perejil picado*
- *Salsa de soja*
- *200 g de piña pelada en un trozo*
- *1 pizca de salsa de tomate*
- *2 cucharadas de vinagre balsámico*
- *1 pak choi*
- *Sésamo tostado*
- *Sal y pimienta*
- *Arroz blanco recién cocido*

Elaboración

Cortar el pak choi -dejar a un lado pencas y a otro las hojas verdes-.

Cortar la piña en dados.

Cortar el solomillo en dados.

En un wok, añadir aceite de oliva, saltear el cerdo salpimentado, sacar a un plato.

En el mismo wok, añadir cebolla el pimiento, jengibre, ajo, cayena, el perejil y sofreimos 2 minutos al fuego.

Añadir pak choi, salsa de soja y saltear.

Añadir la piña, el cerdo, tomate y vinagre.

Salpimentar y añadir más soja, si hiciera falta.

Servir sobre arroz.

Espolvorear el sésamo tostado.



La mejor formación
está en la calidad

MELÓCOTONES EXÓTICOS

Ingredientes

- *4 melocotones (frescos o también pueden ser en almibar).*
- *20 gramos de mantequilla.*
- *40 gramos de coco rallado.*
- *1 cucharada de ron.*
- *Virutas de chocolate*

Elaboración

Lavar y secar bien los melocotones. Agujerearlos con un palillo para evitar que se rompan durante la cocción, y partirlos por la mitad deshuesándolos. Mezclar bien la mantequilla con el coco rallado y la cucharada de ron. Colocar los melocotones en una fuente para horno, distribuir el relleno en cada uno de los huecos de la fruta y hornear durante 15 minutos a 170 grados . Servirlos tibios, espolvoreados con virutas de chocolate.



La mejor formación
está en la calidad

GYOZA DE COL Y CERDO

Ingredientes

- 250 gr de carne de cerdo picada
- 150 gr de col china finamente picada
- 2 cebollas tiernas juliana fina
- 1 c.s de jengibre rallado
- 1 c.s de salsa de soja
- 1 c.s de mirin
- 1 c.s. de sake
- 2.c.c de maicena
- 1 c.c de aceite de sésamo

Para la salsa

- T x t de soja y vinagre de arroz
- Masa de gyoza

Elaboración

Colocar todos los ingredientes de la farsa en un cuenco grande. Remover con unos palillos chinos hasta que tome consistencia.

Poner una cucharada de farsa en el centro de la masa. Humedecer los bordes con agua. Hacer los pliegues pinzando con los dedos.

Calentar aceite dentro de una sartén antiadherente.

Poner las gyozas cocinar hasta que queden crujientes. Añadir ½ vaso de agua y tapar. Cocer 5 min mas.

Servir junto con el aliño de soja y vinagre de arroz.



La mejor formación
está en la calidad

POLLO AL TIKKA MASALA

Ingredientes

- 4 pechugas de pollo

Para la marinada

- 1 yogurt natural
- 1 c. de tandori masala
- 1/2 c.c. de pimentón ahumado
- 1/2 c.c. de cardamomo

Para el sofrito

- 2 cebolla mirapoix
- 1 trozo de jengibre
- 2 dientes de ajo amincé
- 1 rama de canela
- 2 c. de cúrcuma
- 1 c.c. de Garam Masala
- 1 c.c. de tandori masala
- 1/2 c.c. de pimentón ahumado
- Tallos de cilantro fresco
- 1 c.c. de tomate concentrado
- 400 gr. de tomate triturado
- Pimienta de cayena opcional
- 250 gr. de leche de coco
- 1 yogurt griego
- Hojas de cilantro picado

Para el Acompañamiento arroz

- 400 gr. de arroz basmati
- 600 ml. de agua fría
- 3 vainas de cardamomo
- 2 anís estrellado
- Sal y pimienta

Elaboración

En un bol marinar el pollo con el yogurt y las especias, remover para que se impregnen bien y dejar macerar una hora (como mínimo, mejor si es la noche entera) tapado en la nevera.

Para el sofrito

En una sauter con aceite rehogar la cebolla con el jengibre rallado y la canela, añadir los ajos emincé, rehogar y añadir los tallos de cilantro picado. Dejar cocinar de 2 a 3 minutos.

Incorporar las especias, la cúrcuma, el garam masala, el tandori masala, el pimentón ahumado, la pimienta de cayena, si se utiliza y el azúcar, y dejar cocinar de 1 a 2 minutos. Después incorporar el concentrado de tomate y el puré tomates, dejar cocinar hasta perder toda su agua.

Para la salsa

Rehogar el pollo con una cucharada de aceite de cacahuete, hasta que cambien ligeramente de color. Verter la salsa encima del pollo, rehogar añadir la leche de coco y cocer a fuego lento durante 10 minutos hasta que el pollo se cocine uniformemente.

Para el Acompañamiento arroz

Lavar el arroz, para quitar los almidones. Colocar el arroz en una olla, agregar agua fría y sazonar con sal y pimienta, añadir las vainas de cardamomo aplastadas y el anís estrellado tostadas y cocinar 15 minutos tapado.

Servir el tikka masala con yogurt y unas hojas de cilantro.



La mejor formación
está en la calidad

TARTA ESPONJOSA DE QUESO CON FRESAS MACERADAS AL BALSAMICO

Ingredientes

- 3 huevos.
- 25gr de mantequilla fundida.
- 25gr de harina de maíz.
- 40gr de harina.
- 300gr de queso crema.
- 100gr de nata líquida.
- Ralladura de 1 limón
- 125gr de azúcar.
- 1 cucharada sopera de leche.
- 300 gr. de fresas.
- Cucharada de azúcar.
- Vinagre balsámico (unas gotas)

Elaboración

Blanquear las yemas con el azúcar y la cucharada de leche hasta triplicar volumen, añadir la mantequilla, el queso, la ralladura, y las harinas tamizadas.

Montamos las claras y la nata e integramos con lengua a la elaboración anterior.

Encamisar molde y hornear a 170° unos 40-50 min. Reservar.

Triturar 100gr de fresas, con el azúcar y las gotas de vinagre. Mezclarlas con el resto de fresas cortadas en macedonia y dejar macerar en nevera.



La mejor formación
está en la calidad

SURTIDO DE ENTRANTES ÁRABES

Ingredientes

Para el humus

- 350 gr. de garbanzos cocidos
- 1 guindilla
- 1 c.c de comino
- 1/2 diente de ajo blanqueado
- 1 c.s de tahina
- 4 c.s. de aceite de oliva
- Zumo de limón al gusto
- Perejil, sal y pimentón

Para el Mtabbal Bathenjan (Paté de berenjena)

- 2 Berenjenas grandes
- 2 dientes de ajo
- 30 g.de zumo de limón
- 50 g. de salsa de tahini
- 1 cucharadita de vinagre blanco
- Perejil picado
- Pimentón
- Aceite de oliva
- 1 cucharada de yogur
- Sal

Otros:

- Pan de pita árabe
- pimentón

Elaboración

Para el humus

Con una picadora eléctrica trituramos el ajo, los garbanzos, el comino y la guindilla y la tahina, y batir hasta que se forme una pasta suave. Rectificamos de sal y pimienta. Añadimos el zumo de limón, al gusto. Si el humus queda demasiado espeso se le puede añadir una poco de agua de los garbanzos. Emplatamos y decoramos con perejil, pimentón y un chorrito de aceite

Para el Mtabbal Bathenjan (Paté de berenjena)

Precalentamos el horno a una temperatura de 180° C. Asamos las berenjenas en el horno durante unos 30 a 40 minutos. Cuando estén hechas, las pelamos.

Después, en un mortero, machacamos las berenjenas. Las mezclamos en un bol con el tahini, el yogur, el ajo machacado, el zumo de limón y el vinagre. Salamos al gusto.

Emplatamos y decoramos con perejil, pimentón y un chorrito de aceite.



La mejor formación
está en la calidad

CUSCÚS DE CORDERO, POLLO Y ALBÓNDIGAS

Ingredientes

Para la sémola

- 400 gr. de sémola de cus-cus
- 4 gr. de sal
- 30 gr. de mantequilla
- 30 ml. de aceite de oliva
- 1 vaso grande de agua fría
- 150 ml. de caldo de ave o verduras
- Especies a elegir: azafrán, hierbas frescas, comino, pimentón...

Para el cuscús

- 500 gr. de paletilla de cordero troceada
- 400 gr. de carne de ternera picada
- 4 muslos de pollo
- 100 gr. de mantequilla
- 250 gr. de garbanzos
- 2 cebollas y 2 dientes de ajo
- 5 zanahorias
- 5 calabacines

- Un nabo
- una chirivía
- 250 g. de calabaza
- 1 cucharada de cúrcuma
- ½ cucharada de canela en polvo
- ½ cucharadita de azafrán
- ½ cucharada de jengibre
- 1 cucharadita de pimienta
- 1 manojo de cilantro y de perejil
- 4 tomates rallados
- 2 c.s. de uvas pasas
- ½ cucharada de comino
- Hebras de azafrán

Para las pasas

- 150 g. de pasas
- 500 g. de cebolla emince
- Azúcar o miel

Elaboración

Para la sémola

Echar la sémola en una ensaladera y añadir un vaso grande de agua fría. Enjuagar la sémola, agitando el recipiente. Escurrirla en un colador fino. Echar de nuevo la sémola húmeda en la ensaladera, salar y añadir el aceite y la mantequilla derretida. Dejar reposar 10 minutos. Trabajar 3 minutos con las palmas de las manos abiertas, para que los granos queden bien impregnados. La sémola debe quedar brillante. Diluir las especias en el caldo y llevarlo a ebullición. Verter el caldo caliente poco a poco sobre la sémola. Cubrirla con papel film y dejar reposar unos minutos.

Para el cuscús

En la cuscúsera fundir 60 gr. de mantequilla junto con aceite para que no se queme y sofreír la carne bien salpimentada hasta que esté dorada. Una vez dorada reservarla y en la misma grasa rehogar la cebolla cortada y el ajo. Incorporar las los tomates rallados y las especias secas dejando que desprendan su aroma. Meter de nuevo las carnes en la olla junto con las albóndigas y añadir el agua, las pasas, el perejil, el cilantro, la chirivía, el nabo, y el cuscús arriba. Llevar a ebullición y cocer durante una hora y media, a fuego medio. Añadir después las zanahoria cortada en bastoncitos, el calabacín en trozos grandes y los garbanzos. Dejar cocer durante una media hora más. Rectificar de sal. El cuscús se sirva acompañado de la salsa harissa que es de origen africano muy picante elaborada a base de pimiento y guindilla.

Para las pasas

Poner las pasas y la cebolla en un cazo con agua e añadirle el azúcar o miel.



La mejor formación
está en la calidad

BIZCOCHO DE ALMENDRA CON SIROPE DE NARANJA

Ingredientes

- 200 g. de mantequilla pomada
- 300 g. de azúcar
- Ralladura de dos naranjas
- 200 g. de harina de almendra
- 4 huevos
- 100 g. de harina
- 8 g. de impulsor
- Pizca sal

Para el sirope

- El zumo de dos naranjas
- 100 g. de azúcar
- 2 a 3 c.s de cointrau

Para el glaseado

- 60 g. de mantequilla
- 100 g. de chocolate negro

Elaboración

Crema la mantequilla pomada con el azúcar añadir los huevos de uno en uno, la ralladura de naranja, la harina de almendra y la harina tamizada con el impulsor y la sal. Poner en un molde redondo y cocer a 170 ° C. durante 30 minutos.

Elaboraremos el sirope hirviendo el azúcar con el zumo de la naranja durante dos minutos y verter encima del bizcocho caliente

Con un pelador quitar la piel de una naranja. Cortarlas en juliana y hervir con agua durante un minuto, colar. Elaborar un almíbar TPT añadir las pieles blanqueadas y cocer de una a dos minutos. Colarlas y pasarlas por azúcar grano para que no se peguen y dejar secar.

Haremos el glaseado fundiendo el chocolate una vez fundido y con el calor residual añadir la mantequilla pomada. Enfriar y reservar.

Poner el pastel en un plato y cubrir con el glaseado de chocolate y se decora con las pieles de naranja glaseadas con azúcar.



La mejor formación
está en la calidad

FAJITAS DE SECRETO DE CERDO MEXICANAS CON PELUCA DE ZANAHORIA

Ingredientes

- *1 pimiento rojo*
- *1 pimiento verde*
- *1/2 kg de pechuga de pollo*
- *2 tomates*
- *2 aguacates*
- *1 zanahoria*
- *Tortitas para fajitas*

Elaboración

Cortamos los pimientos en tiras, y la cebolla en juliana, salteamos al wok con dos cucharadas de aceite de oliva, 12 minutos sin que se quemen, o cojan mucho color, reservar en un bol

Cortamos el secreto en emince, salteamos y reservamos

Escaldamos el tomate despepitamos, quitamos piel y nos quedamos con los pétalos, reservamos

Limpiamos el aguacate de piel y hueso colocamos en vaso triturador con pizca de sal y trituramos

Cortamos la zanahoria en tiras muy finas y ponemos en agua y hielo para que rizen, una vez rizada escurrir, secar y reservar

Una vez tengamos todo los ingredientes, calentar las tortitas y montar al gusto



La mejor formación
está en la calidad

JAMONCITOS DE POLLO A LA COCA COLA

Ingredientes

- *1 kilo de jamoncitos de pollo*
- *1 litro de Coca-cola*
- *3 cucharadas de aceite de oliva*
- *mezcla de hierbas: (1 c.de café de c/u) orégano, tomillo, romero, cilantro, pimentón dulce, sal ,ajo en polvo*

Elaboración

Limpiamos los jamoncitos de plumas y restos

Hacemos una mezcla con las hierbas y un par de cucharadas de aceite de oliva. Con esta mezcla, bañamos las alitas y las dejamos un rato que cojan sabor.

En una sartén baja, ponemos el resto del aceite a calentar. Añadimos las alitas junto con el adobo y damos unas vueltas para que doren un poquito

Añadimos las coca-colas y dejamos que cuezan unos 30 minutos a fuego suave hasta que estén tiernas.



La mejor formación
está en la calidad

CHOCOLATE, CRUMBLE, FRESAS, SAL MALDON Y ACEITE DE OLIVA

Ingredientes

- 500g de chocolate del 70%
- 500 ml de leche
- Fresones
- Sal maldom
- Aceite de oliva

Para el Crumble

- 100 gr de mantequilla
- 100 gr de azúcar
- 100 gr de harina

Elaboración

Colocar la cobertura en un bol amplio, poner la leche a hervir, dejar enfriar unos minutos hasta que baje temperatura y añadirla al chocolate remover hasta que este totalmente desecho, colocar en gastronof, enfriar y reservar

Para el Crumble

Mezclar todos los ingredientes evitando amasar en exceso.

Dar forma de cilindro y reservar en frio.

Al pase rallar y hornear unos 10 minutos a 180 °C.

Retirar y dejar enfriar.

Al pase

En un plato o fuente ponemos una base de crumble, apoyamos unas fresas partidas a cuartos, con ayuda de una cuchara atemperada en agua caliente hacemos quenelle y apoyamos sobre crumble, añadimos sal maldom y rociamos unas gotas de aceite de oliva



La mejor formación
está en la calidad

SOPA DE CANGREJOS CON LECHE DE COCO Y UN TOQUE PICANTE

Ingredientes

- 500 gr de cangrejos
- 1 dl de coñac
- 1 l de fondo de pescado
- 1 c.s de jengibre picado
- 3 cebollas
- 2 zanahorias
- 1 lata de leche de coco
- 2 guindillas
- Brotes de soja
- 5 hojas de acelgas
- 1 cebolla roja
- Pimienta
- Sal
- Cilantro fresco
- 3 limas

Elaboración

Sofreír con un poco de aceite caliente los cangrejos. Cuando estén rustidos los mojamos con un chorro de coñac.

Flambeamos y reservamos aparte. En esta misma olla rehogar la cebolla, la guindilla, la zanahoria y el jengibre. Juntar los cangrejos con la cebolla y inundarlos con fondo de pescado.

Hervir durante 15 min para que los cangrejos vayan soltando su sabor.

Añadimos la leche de coco y dejamos hervir otros 15 min más. Pasamos la sopa por un chino machacando bien los cangrejos.

Rectificamos de sal i pimienta. Añadimos el cilantro picado a la sopa, las hojas de acelga cortadas a tiras y los brotes de soja.

Picamos un poco de cebolla roja para decorar.



La mejor formación
está en la calidad

TATAKI DE TERNERA CON VERDURAS EN ESCABECHE SUAVE

Ingredientes

- *3u de 120gr. de lomo alto*

Para la Marinada

- *80ml. Salsa de soja*
- *25gr. azúcar*
- *13ml. Mirin*
- *25ml. Sake*
- *1 ajo emince*
- *20gr. Jengibre emince*
- *1 c.c pimienta negra en grano machacado*
- *1 rama de tomillo deshojada*

Para las Verduras

- *10u cebollitas*
- *10u flores de coliflor*
- *10u zanahorias mini*

Para el Escabeche

- *1dl. Aceite de oliva*
- *125gr. escalonia cisele*
- *1 ajo cisele*
- *1 rama de tomillo*
- *1 hoja de laurel*
- *1dl. Vino blanco*
- *2dl. Vinagre Chardonnay*
- *3dl. Agua*
- *Sal y pimienta*
- *4dl. Aceite de oliva virgen extra*

Elaboración

Juntar todos los ingredientes de la marinada, mezclar. Añadirle los trozos de ternera. Mezclar bien.

Dejar marinar unas 4-8 horas. Retirar, escurrir y reservar. Limpiar las verduras. Escaldar cada una por separado y enfriar.

Para el Escabeche

Poner a rehogar la escalonia con el aceite de oliva, añadir el ajo cisele, el tomillo y el laurel, rehogar, desglasar con el vino blanco, evaporar a mitad, añadir el vinagre y el agua, dar un hervor, condimentar.

Poner a cocer cada verdura por separado con una parte del escabeche y un dl. de aove, cocer a fuego lento y dejar ligeramente al dente.

Soasar el lomo por los cuatro lados a fuego muy fuerte y cortar la cocción con agua helada.

Secar y pintar con aceite de oliva.

Emplatado con armonía todos los ingredientes.



La mejor formación
está en la calidad

PASTEL EXÓTICO DE MANGO

Ingredientes

- *1 masa quebrada*

Para la masa

- *200 grs de harina*
- *100 grs de mantequilla pomada*
- *1 yema y una pizca de sal*

Para la Crema de mango

- *5 hojas de gelatina*
- *600 grs de mango maduros (ó 200 grs de mermelada de mango)*
- *120 grs de azúcar*
- *50 ml de vino blanco*
- *300 grs nata*
- *150 grs de yogurth natural*

Para la gelatina de fruta

- *125 ml de néctar de mango*
- *2 hojas de gelatina*

Elaboración

Para la masa

Forma un volcán con la harina y la sal, en el centro añade la mantequilla cortada en trocitos y la yema. Integra todo, si necesitas humidécete las manos. Deja reposar en la nevera una hora, luego extiende sobre el mármol, colocamos en un molde cuadrado y horneamos 10 minutos en horno pre-calentado a 200°. Enfriamos y reservamos.

Para la Crema de mango

Coloca las hojas de gelatina en una fuente con agua fría e hidratamos. Trituramos la pulpa del mango, (necesitamos al menos unos 200 grs de pulpa).

Cocinamos la pulpa de fruta con el vino y azúcar unos 10 minutos o hasta que se haya reducido. Añadir la gelatina que estará blandita y disolverla completamente. Dejar enfriar la mezcla revolviéndola de vez en cuando.

Batimos la nata líquida y agregamos el yogurth y luego la mezcla de fruta, revolver muy bien y colocarla sobre la masa quebrada y sin retirarla del molde. Enfriar en nevera

Para la gelatina de fruta

Diluir la gelatina con el néctar y calentar hasta disolver bien, dejar enfriar un poco pero sin que llegue a solidificarse. Luego, cuando el mousse ya esté dura se coloca encima



La mejor formación
está en la calidad

GYOZAS DE CERDO Y VERDURAS CON SALSA PONZU

Ingredientes

Para la Masa gyoza.

- 200gr de harina de trigo.
- 100ml de agua caliente. (mas 1 o 2 cucharadas de agua según temperatura y harina)
- ½ cucharadita de sal.
- Maicena para enharinar.

Para el Relleno.

- 250 gr de carne de cerdo picada.
- 100gr de col.
- 50gr de cebolleta.
- 2 dientes de ajo picado.
- 1 cucharadita de jengibre rallado.
- 1 cucharada de salsa de soja.
- 1 cucharadita de sal.
- ½ cucharadita de azucar.
- 1/2cucharadita de maicena.
- Aceite de sesamo

Para la salsa.

- 2 cucharadas de salsa de soja.
- 1,5 cucharada de vinagre de arroz.
- Aceite de sesamo

Elaboración

Para la Masa gyoza.

En un bol tamizamos la harina. Mezclamos la sal con el agua caliente hasta disolver, añadimos el agua sal en el harina poco a poco y removiendo continuamente.

Una vez mezclado, empezamos a trabajar la masa con las manos hasta conseguir una bola, la pasaremos a la mesa y seguiremos trabajando 10 min mas., la cubriremos con film y reservaremos 30 min a temp ambiente.

La partiremos en dos y amasamos en forma alargada los dos trozos, cortamos cada trozo por la mitad y cada mitad en 5 trozos iguales. Los cubriremos con film para que no se sequen mientras trabajamos cada trozo.

Los enharinamos arriba y abajo y los apretamos con la palma de la mano, y con el rodillo amasamos hasta conseguir un circulo de 1 ml de grosor. Cortaremos con un molde metálico de 8 cm de diámetro.

Repetiremos el proceso en nuestras 20 piezas.

Para el Relleno.

Cortamos en brunoise la col y la cebolleta, reservamos. En un bol pondremos el cerdo, el ajo, el jengibre, las salsa de soja, la sal, el azucar, la maicena y el aceite de sésamo, lo mezclaremos hasta que quede pegajoso. Añadiremos la col y la cebolleta picadas y mezclaremos otra vez. Cubrir y reservar unos 20 min. Colocaremos una cucharada de relleno en el centro de nuestras gyozas y cerraremos con los dedos mojados haciendo pliegues en la parte exterior (6 por pieza)

Marcaremos las gyozas en una sartén con fuego medio/alto, con un poco de aceite de oliva, cuando esten doradas añadiremos un poco de aceite de sésamo, agua hasta cubrir el fondo de la sartén y cocemos tapado unos 8/10 min,

Para la salsa mezclaremos bien todos los ingredientes y serviremos junto a nuestras gyozas.



La mejor formación
está en la calidad

GYOZAS DE LANGOSTINOS Y SETAS CON SALSA PONZU AMA ZU

Ingredientes

Para la masa

- 200gr de harina de trigo.
- 100ml de agua caliente (mas 1 o 2 cucharadas de agua según temp y harina)
- ½ cucharadita de sal.
- Maicena para enharinar.

Para el Relleno.

- 250 gr de langostinos.
- 50gr de cebolleta.
- 100gr de champiñones.
- 2 dientes de ajo picado
- 1 cucharadita de jengibre rallado.
- 1 cucharadita de salsa de soja.
- 1 cucharadita de sal.
- ½ cucharadita de azucar.
- ½ cucharadita de maicena.
- Aceite de sesamo.

Para la Salsa Ponzu ama zu

- 3 cucharadas de vinagre de arroz
- 5 cucharadas de ponzu
- 2 cucharadas de azucar glass.
- 1 cucharada de sal..

Elaboración

Para la masa

En un bol tamizamos la harina. Mezclamos la sal con el agua caliente hasta disolver, añadimos el agua sal en el harina poco a poco y removiendo continuamente.

Una vez mezclado empezamos a trabajar la masa con las manos hasta conseguir una bola, la pasaremos a la mesa y seguiremos amasando 10 min mas. La cubriremos con film y reservaremos 30 min a temp ambiente.

La partiremos en dos y amasaremos en forma alargada los dos trozos, cortamos cada trozo por la mitad y cada mitad en 5 trozos iguales. Los cubriremos con film para que no se sequen mientras trabajamos cada trozo. Enharinamos arriba y abajo con maicena y los apretamos con la palma de la mano, con el rodillo estiramos hasta conseguir un circulo de 1 ml de grosor, cortaremos con un molde metálico redondo de 8cm de diámetro. Repetir el proceso en cada pieza.

Para el Relleno.

Cortamos en brunoise la col y la cebolleta. Reservaremos. En un bol pondremos los langostinos en brunoise, los champiñones muy picados, el ajo, el jengibre, la salsa de soja, la sal, el azucar, la maicena y el, aceite de sesamo, lo mezclaremos hasta que quede pegajoso, añadiremos la col y la cebolleta y mezclaremos otra vez, cubrir y reservar 20 min. Colocar una cucharada del relleno en el centro de la gyoza y cerrar con los dedos humedecidos haciendo pliegues en el exterior (6 por pieza.)

Haremos la salsa calentando a fuego lento todos los ingredientes hasta que el azucar se disuelva.

Marcaremos las gyozas en sartén a fuego medio/alto, cuando estén doradas añadiremos aceite de sésamo y cubriremos el fondo de agua. Coceremos tapado 8/10 min, servir con la salsa.



La mejor formación
está en la calidad

SATANDAGI DE CHOCOLATE CON NATA , ALMENDRAS Y PISTACHOS

Ingredientes

Para la masa.

- 2 yemas de huevo.
- 50gr de azucar glass
- 130ml de leche.
- 160 de harina.
- 3 claras de huevo.

Para la ganache.

- 150gr de chocolate negro.
- 150ml de nata para montar.

Para la nata

- Aceite vegetal para freir.
- 125 gr Pistachos sin cascara .
- 200gr de nata para montar.
- 125gr de almendra granillo.
- 50gr azucar glass

Elaboración

Para la masa.

Batir las 2 yemas con 20gr de azucar glass en un bol, sin dejar de batir incorporar la leche y después la harina poco a poco y tamizada.

En otro bol batimos las claras y el resto del azucar para hacer un merengue, juntar amalgamando con lengua pastelera las dos masas. Reservar en frio.

Para la ganache.

Calentamos la nata en un cazo y cuando hierva , la apartamos y fuera del fuego añadimos el chocolate a trozos removemos bien hasta integrar bien la ganache. Reservar en frio en otro bol, una vez haya estabilizado por frio con un cuchara hacer porciones y ponerlas a congelar en el congelador. Reservar

Para la nata

Pelar los pistachos y trocearlos finamente, juntarlos con la almendra granillo, montaremos la nata y añadiremos el azucar glass en dos tandas, una vez montada le añadiremos los frutos secos. Integramos bien con lengua.

Calentaremos para freir aceite de girasol a 160º, pincharemos con un brocheta cada bola de ganache congelada y sujetando la brocheta sumergiremos en la masa cubriendo totalmente. Sumergir en el aceite caliente y freir 2 min, retirar y escurrir en papel.

Servir los buñuelos junto a la nata de frutos secos.



La mejor formación
está en la calidad

SALMON, PAN INTEGRAL, ALCACHOFAS Y SHITAKE CON ACEITE PICANTE

Ingredientes

- 4 lomos de salmón de 150 gr

Para el Aceite picante

- 100 ml de aceite de oliva
- Sal y pimienta
- 1 guindilla

Para la Coca integral

- Barra de pan integral

Para la Base de Alcachofas

- 4 alcachofas
- Aceite, sal y pimienta
- Agua
- Aceituna negra
- 1 diente ajo
- Cebollino

Para las Alcachofas fritas

- 4 alcachofas
- Aceite para freír

Para el Shitake

- Agua y sal
- 1 cebolla tierna
- Hierbas aromáticas
- 20 ml de vinagre blanco
- 300 ml de aceite de oliva
- Miel
- Sal y pimienta

Elaboración

Para el Aceite picante

Infusionar 30 minutos todos los ingredientes y retirar.

Para la Base de Alcachofas

Pelar las alcachofas hasta obtener el corazón. Cocer 5 minutos a la inglesa. Retirar para cocción y cortar en láminas. Colocar en placa de horno a 190 °C unos 8 minutos con aceite, sal y pimienta. Retirar y aliñar con el resto de ingredientes picados.

Para las Alcachofas fritas

Retirar las hojas y cortar en láminas. Reservar hasta pase.

Para el Shitake

Blanquear los shitake partiendo de agua fría con sal, hasta que lleguen a ebullición. Parar cocción y confitar con el aceite y el resto de ingredientes unos 10 minutos. Reservar en el interior.

Montaje de plato

Hornear el pan tostado y colocar la base de alcachofas.
Cortar el salmón en 4 partes y colocar sobre la coca.
Hornear 3 minutos a 200° C
Retirar y decorar con las alcachofas fritas
Regar con el aceite picante y el aceite de los shitakes.



La mejor formación
está en la calidad

CHAPATIS CON HAMBURGUESA DE POLLO TANDORI Y CEBOLLA AGRIDULCE

Ingredientes

Para la hamburguesa

- 2 pechugas de pollo
- limones
- 1 cebolla tierna
- Pimentón picante opcional
- 1 yogurt griego
- Mezclas de tondoy
- chiles verdes
- 2 tomates secos
- Cilantro fresco
- 2 ajos
- Sal y pimienta

Para la cebolla agridulce

- 3 cebollas
- 100 ml de vinagre blanco
- 120 gr de miel
- 2 hojas de laurel

Para los chapatis

- 225 gr de harina integral
- 150 ml de agua

Elaboración

Limpiar las pechugas y picar la carne en brunoise.

Limpiar las verduras y picar en ciselée. Dejar macerar 4 horas y bolear las hamburguesas.

Refrigerar 4 horas más antes de la cocción.

Para la cebolla agridulce

Cortar la cebolla en juliana y sofreír unos 45 minutos en un poco de aceite.

Al final de cocción reducir el vinagre 3 minutos y añadir la miel. Retirar y reservar en caliente hasta pase.

Para los chapatis

Colocar en un cuenco la harina y añadir el agua. Amasar 5 minutos hasta obtener una masa homologa.

Reservar 30 minutos envueltos en un paño húmedo. Hacer 10 bolas y estirar finas con ayuda de un rodillo.

Marcar 1 minutos en sartén y acabar cocción al horno o a la brasa

Montaje

Colocar el chapatis con una base de mermelada.

Apoyar encima la hamburguesa marcada al gusto.



La mejor formación
está en la calidad

CREMA DE COCO, JENJIBRE Y CLAVO DE OLOR CON SORBETE DE COCO

Ingredientes

Para la crema

- 300 ml de leche de coco
- 100 ml de crema de leche
- 5 yemas de huevo
- 20 gr de maicena
- Piel de limón
- 20 gr de jengibre fresco
- 2 clavos de olor
- 80 gr de azúcar

Para el sorbete

- 500 gr de leche de coco
- 100 ml de zumo de limón
- 100 gr de coco rallado
- Sal y pimienta
- 50 gr de azúcar
- 15 gr de glucosa
- 2 gr de goma Xantana
- Pro sorbete Según Proveedor.

Para el Crumble de coco

- 50 gr de azúcar
- 50 gr de mantequilla
- Pizca de sal
- 50 gr de coco rallado
- 50 gr de harina

Elaboración

Para la crema

Tostar el clavo de olor y molerlo.

Mezclar la leche de coco y la crema y llevar a ebullición con el jengibre, la piel de limón y el clavo.

Aparte mezclar las yemas con el azúcar y la maicena

Verter la preparación de las cremas sobre esta preparación poco a poco y homogeneizar.

Volver al fuego y llevar a ebullición. Reducir fuego y remover hasta que adquiera consistencia cremosa.

Colar y colocar en la copa de servicio. Refrigerar hasta aspe.

Para el sorbete

Mezclar todos los componentes y dejar madurar en frío 12 horas. Mantecar al día siguiente.

Para el Crumble de coco

Arenar todos los componentes y hornear a 160° C unos 14 minutos. Retirar y enfriar.

Montaje

Acompañar la crema de una pequeña bola de sorbete y decorar con el crumble dorado



La mejor formación
está en la calidad

FIDEOS CALDOSOS CON GAMBAS Y MANGO

Ingredientes

- 200gr de fideos de huevo chinos
- 250 gr de gambas congeladas
- 1 manojo de cebolla tierna
- 1 mango maduro
- 1 cucharada de aceite de girasol
- 200 ml de caldo de verduras
- 50 ml de salsa de soja
- Zumo de 1 limón
- 1 cucharada de sambal olek
- 2 c.s de chutney de mango
- Sal pimienta
- 2 limas
- 2 c.s. de cebollino

Elaboración

Cocer los fideos, dejándolos “al dente”, siguiendo las instrucciones del envoltorio. Verter dentro de un colador, enjuagar con agua fría y escurrir.

Cortar la cebolla tierna en tiras muy finas. Pelar el mango y cortar la carne a dados. Con los trozos irregulares podemos hacer un chutney de mango. 1/3 de azúcar 2/3 de mango vinagre especies cocer hasta que tenga una textura densa.

Calentar el wok y añadir el aceite. Freír las gambas durante 1 min. Mojar con caldo de verduras. Añadir las cebollas tiernas y los fideos y dejar hervir 3 min.

Sazonar la preparación con salsa de soja sambal olek, el zumo de limón, chutney de mango, sal y pimienta.

Lavar y secar las limas. Cortar una a gajos y la piel de la otra a juliana.

Servir en cuencos con cebollino picado y lima.



La mejor formación
está en la calidad

TARTAR DE ATUN CON MANGO Y XIPS DE PLATANO MACHO

Ingredientes

- 300 gr de atún
- 1 plátano macho verde
- 1 mango
- Alioli de jengibre

Para la Marinada

- 1c.c. de jengibre rallado
- 1c.c de cebollino picado
- 2 dl de salsa de soja
- 1c.c de aceite de sésamo
- 1c.c de salsa de pescado

Elaboración

Cortar el atún en bastones de un dedo de grosor.

Preparar una marinada mezclando todos los ingredientes. Marinar el atún 30 min.

Sacar de la marinada y cortar bien fino.

Pelar el plátano macho y lonchear. En una paella con aceite caliente freír el plátano hasta conseguir unos chips doraditos.

Escurrir en papel absorbente.

Pelar el mango y cortarlo en lonchas.

Hacer un alioli substituyendo el ajo por el jengibre.

Servir el tartar sobre un chip de plátano un trozo de mango y una rayita de alioli de jengibre.



La mejor formación
está en la calidad

DORAYAKY DE MASCARPONE Y TE MACHA

Ingredientes

Para la masa

- 100gr. de harina de trigo
- 2 huevos
- 50gr. de azúcar
- 1 cucharada de miel
- ½ cuchara de levadura en polvo
- 80 ml de agua

Para el relleno

- 4 yemas
- 400 gr de mascarpone
- 100 gr de azúcar
- 20 gr de té macha

Elaboración

Deshacer el te macha con 3 cucharadas de nata. Montar las yemas con el azúcar. Incorporar el mascarpone.

Batir hasta que quede montado. Agregar el te macha y mezclar hasta que quede una crema uniforme.

Hacer un rollo con papel de film y congelar.

Tamizar la harina. Batir el huevo, agregar el azúcar y la miel, seguir mezclando. Añadir la harina y la levadura, mezclar e ir añadiendo el agua poco a poco.

Dejar reposar 30 min. a temperatura ambiente.

Hacer las tortitas de unos 5 cm en una plancha, freír primero por un lado hasta que se formen burbujitas y entonces darles la vuelta para que se hagan por el otro lado.

Rellenar las tortitas con la mezcla de mascarpone cortado a rodajas.



La mejor formación
está en la calidad

CHOP SUEY DE TERNERA

Ingredientes

- 4 c. de salsa de soja
- 2 c. de azúcar moreno
- 300 gr. de bistec de ternera
- 2 c. de aceite de girasol
- 2 chalotes
- 2 dientes de ajo
- 1/2 pimiento rojo
- 1/2 pimiento amarillo
- 1 pimiento verde
- 3 c. de aceite de sésamo
- 1 c. de maicena
- 400 ml. de caldo de carne
- 1 Puerro

Elaboración

Disolveremos la salsa de soja con el azúcar hasta que se nos haya disuelto.

Limpiar y cortar los bistecs en tiras diagonales bien finas. Mezclaremos con la salsa de soja y dejaremos macerar unos 30 minutos.

Saltearemos el bistec unos 3 minutos hasta que esté dorado.

Añadiremos las chalotas cortadas en juliana y el diente de ajo cortado en láminas finas, freiremos unos 2 a 3 minutos. Retiramos.

Agregaremos el pimiento cortado en juliana de ½ cm. y mantendremos al fuego unos 5 minutos, hasta que estén dorados.

Disolveremos la maicena con 2 c. De agua fría y mezclaremos con el caldo.

Mojaremos con el caldo de carne y llevaremos a ebullición, moviendo constantemente hasta que espese.

Añadiremos de nuevo el bistec y el aceite de sésamo.

Cortaremos el puerro en rodajas finas y tiraremos por encima, moveremos unos 2 minutos y serviremos inmediatamente.



La mejor formación
está en la calidad

GARBANZOS REHOGADOS CON ENSALADA DE CILANTRO Y GARAM MASALA

Ingredientes

- 1 cebolleta
- 2 dientes de ajo
- 1 ramillete de cilantro
- 1 cucharadita de cúrcuma en polvo
- 1 cucharadita de pimentón picante
- 1 cucharadita de cominos
- 1 pizca de harina de garbanzo
- 1 bote de garbanzos cocidos
- 0'5 l. de agua o caldo
- 1 sopera de aceite de oliva
- Sal y pimienta

Elaboración

Picar la cebolleta y los ajos brunoise y los rehogamos en aceite de oliva a fuego medio 15 minutos, sin que nos coja color.

Picamos los tallos del cilantro y los añadimos al sofrito, y reservamos las hojas.

Añadir al sofrito la cúrcuma, el pimentón, el comino, la harina de garbanzo y rehogamos 1 minuto

Añadimos los garbanzos y dejamos que guisen a fuego medio unos 10 mn.

Si es necesario añadir un poco de caldo o agua.

Al pase

Servimos con una ensalada de cebolleta juliana, hojas de cilantro y aliñamos con garam masala, zumo de limón y aceite de oliva



La mejor formación
está en la calidad

CREMA (DIP) DE ALMENDRAS, QUESO CREMA Y CURRY

Ingredientes

- 250 g de almendras tiernas
- 4 dátiles secos
- 4 albaricoques secos
- 3 cucharaditas de pasta de sésamo (tahine)
- 1 diente de ajo
- 2 limones
- Aceite de oliva
- 150 g de queso tipo Filadelfia
- 2 c.s. de granos de sésamo
- 1 pizca de curri molido
- Sal y pimienta

Elaboración

Remojar unas horas antes las almendras, los dátiles y los albaricoques.

Partir en dados los dátiles, los albaricoques y reservamos

Escurrir las almendras y meterlas en el vaso americano con la pasta de sésamo, el ajo, zumo limón, aceite, triturar y aligerar con un apoco de gua del mismo remojo

Una vez hecho puré, añadir el queso y rectificar la sazón.

Refrescar en la nevera.

Colocar la crema en un cuenco y espolvorear los dátiles, los albaricoques, sésamo tostado, curry, aceite de oliva, como si fuera un hummus.

Acompañar con krakers



La mejor formación
está en la calidad

SALTEADO DE ALGAS, SHITAKE Y RAMEN FRESCOS

Ingredientes

- *1 cebolla tierna*
- *2 ajos*
- *10 gr. de algas secas*
- *30 gr. de shitake secos*
- *100 gr de fideos ramen frescos*
- *1 guindilla*
- *10 gr. de jengibre fresco*
- *50 ml. de salsa de soja*
- *50 ml de sake o jerez seco*
- *Sal y pimienta*

Elaboración

Pondremos a hidratar las algas en agua fría con sal durante unos 20 minutos. Escurrimos y cortamos en juliana. Hidratamos los shitake y cortaremos en juliana. Pelamos el ajo y cortaremos en ciselee. Pelaremos la cebolla y cortaremos en aros finos. En un poco de aceite doraremos a fuego alto la cebolla tierna, el jengibre cortado en juliana la guindilla y el ajo evitando que se quemen, Retiramos e introducimos las setas y las algas. Mantenemos a fuego medio unos 4 minutos y agregamos los fideos y la cebolla con el ajo. Bajamos fuego y añadimos el sake y la salsa de soja. Mantemos un par de minutos y servimos de inmediato.



La mejor formación
está en la calidad

TATAKI DE ATUN CON NABO Y JENJIBRE

Ingredientes

- 300 gr. de atún
- 2 nabos daicon
- 1 raíz de jengibre
- 1 dl. de vinagre de arroz
- 100 gr. de azúcar
- 1 dl. de salsa de soja
- Sésamo blanco y negro

Elaboración

Cortar el atún a lomos. Empalar con un pincho. Marcar por los 4 lados con la paella muy caliente o directamente asar lo sobre el fuego dando la vuelta con la ayuda de los pinchitos. Enfriar con agua y hielo para interrumpir la cocción y conseguir que el interior del atún quede rosado.

Para hacer la salsa teriyaky reducir el mirin (vinagre de arroz) con azúcar y la salsa de soja. Rallar el nabo y el jengibre por separado. Antes de servir empanar el atún con el sésamo de dos colores, cortar y disponerlo en forma de abanico. Poner un montoncito de nabo y jengibre de guarnición y salsear con teriyaky.



La mejor formación
está en la calidad

ROCAS DE COCO

Ingredientes

- 60 gr. de claras
- 150 gr. de azúcar
- 150 gr. de coco rallado
- 15 gr. de compota de manzana

Elaboración

Mezclar en un bol el coco y el azúcar, añadir la compota y las claras. Calentar al baño María hasta los 36°/50.
Formar bolitas, mediante manga pastelera sin boquilla, en una placa de horno con mantequilla. Con los dedos mojados en agua dar forma a las bolas.
Cocer en horno precalentado 240° durante 1 minuto.



La mejor formación
está en la calidad

TOMATES VERDES FRITOS CON SALSA REMOULADE

Ingredientes

- 5 Tomates verdes medianos
- 2 Huevos batidos
- 20 g. de leche

Para el rebozado

- 150 g de harina de trigo
- 100 g de harina de maíz
- 50 g. de pan rallado
- Sal
- Pimienta negra
- Cayena molida
- Orégano
- Tomillo
- Aceite de oliva virgen

Para la salsa remoulade

- 250 g. de mayonesa
- El zumo de medio limón
- 1 Cebolleta pequeña tierna cortada en cisele
- 40 g de pepinillos en vinagre cortados en brunoise
- 1 diente de ajo cisele
- 1 c.s de Perejil picado
- 1 cucharada de mostaza antigua
- 2 cucharadas de ketchup
- 1 cucharada de salsa Perrins
- Sal
- Pimienta negra
- Gotas de salsa de tabasco

Elaboración

Cortamos los tomates en rodajas de medio centímetro. Seguidamente, mezclamos todos los ingredientes del rebozado y pasamos por esta mezcla los tomates. Después los pasamos por el huevo batido mezclado con la leche y volvemos a rebozar por las harinas. A continuación, los freímos en abundante aceite y escurrimos sobre papel absorbente.

Haremos la salsa mezclamos todos los ingredientes y comprobamos de sazón. Reservamos en frío



La mejor formación
está en la calidad

CHILI CON CARNE CON “CORN-BREAD” DE JALAPEÑOS

Ingredientes

- 2 cebollas rojas ciselé
- 2 dientes de ajo
- 1 zanahoria en brunoise
- 1 tallo de apio cortado en brunoise
- ½ pimiento rojo cortado en brunoise
- 1 c.c. de chili en polvo
- 1 c.c. de comino en polvo
- 1 c.c. de canela molida
- Sal y pimienta
- Un bote de 400 g. de garbanzos
- Un bote de judías rojas
- Una lata de 800 g. de tomate troceado
- 1 pote de tomate frito
- 500 gr. de carne picada de ternera
- Un puñado de cilantro fresco
- Arroz largo cocido
- 1 c. s de vinagre balsámico
- Aceite de oliva

Para la salsa

- Un pote de crème fraîche
- Perejil picado
- Ralladura de limón
- Sal y pimienta
- Aceite de oliva

Para el pan de maíz “corn-bread”

- 115 g harina maíz amarilla
- 115 g harina normal
- 10 g. impulsor
- 30 g. de azúcar moreno
- 1 cucharadita café de sal
- 3 huevos
- 125 g. de leche
- 125 g. de aceite girasol
- C/s de chiles jalapeños picados

Elaboración

En una cazuela de fondo grueso rehogar las cebollas junto con las zanahorias y el apio, añadir el ajo y los pimientos y dejar cocer unos 15 minutos. Incorporar el chile en polvo, el comino, la canela y un buen pellizco de sal y pimienta. Dejar cocer 30 segundos para que desprendan todo su aroma y añadir la carne. Seguir salteando removiendo, hasta que la carne empiece a dorarse. Añadir los tomates, rehogar e incorporar los garbanzos, las judías rojas. Separar las hojas de cilantro de los tallos e incorporarlos picados en la cazuela.

Añadir el vinagre balsámico y comprobar de condimentación. Dejar cocer a fuego lento durante una hora. Servir caliente, decorado con las hojas de cilantro fresco. Acompañar con la salsa y arroz cocido de grano largo y rociarlo con el zumo de la lima.

Mezclar todos los ingredientes de la salsa y comprobar de condimentación.

Para el pan de maíz “corn-bread”

Horno 180°C. Encamisar un molde de plum cake.

En un bol mezclar los secos: las harinas, el impulsor y la sal, tamizadas.

En otro bol batir los huevos con el azúcar moreno. Añadir la leche y el aceite.

Luego incorporar las harinas con el impulsor y la sal todo tamizado. Incorporar el chili. Poner la masa en el molde cake y hornear 30 minutos aproximadamente



La mejor formación
está en la calidad

NAMELAKA DE VAINILLA CON MOUSSE DE CHOCOLATE NEGRO Y PERA

Ingredientes

Para la Namelaka de vainilla:

- 115 g. de leche
- 170 g. de chocolate blanca
- 200 g. de nata
- Una hoja de gelatina
- Vainilla

Para la Mousse de chocolate negro

- 225 g. de crema inglesa base
- 180 g. de cobertura negra
- 1 hoja y media de gelatina
- 225 g. de nata semimontada

Para la pera caramelizada

- 250 g. de pera cortada en media macedonia
- 25 g. de azúcar
- 25 g. de mantequilla
- Licor

Para el crumble

- 50 g. de mantequilla fría
- 50 g. de harina
- 50 g. de harina de almendra
- 1 g. de flor de sal
- 50 g. de azúcar

Elaboración

Hervir la leche con la vainilla, añadir la gelatina previamente hidratada. Volcar encima del chocolate blanco, remover y al final añadir la nata fría. Poner en manga y reservar.

Comenzaremos con la mousse mezclando la crema con la cobertura fundida, añadir la gelatina, previamente hidratada y a 28 ° A 30 ° C. la nata semimontada.

Caramelizar el azúcar con la mantequilla y añadir poco a poco la pera y caramelizarla. Añadir el licor y reservar

Arenar todos los ingredientes del crumble juntos y cocer a 170 ° C, durante 15 minutos.

En un vaso poner una capa de un cm y medio de Namelaka, enfriar y poner los dados de pera caramelizada y encima la mousse de chocolate terminar con el crumble



La mejor formación
está en la calidad

TARTAR DE SALMÓN FRESCO Y AHUMADO CON VICHYSSEOISE Y ESPÁRRAGOS VERDES

Ingredientes

- 350 g. de salmón fresco
- 200 g. de salmón ahumado
- 1 cebolleta cisele
- 2 yemas de huevo
- 2 cucharadas de jerez seco
- 2 cucharaditas de salsa de soja
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharadita de mostaza
- 1 huevo duro
- 1 cucharada de alcaparras
- 3 pepinillos en vinagre
- 1 rama de perejil
- Eneldo fresco picado
- Sal y pimienta

Para la vichysseoise:

- 2 puerros
- 2 patatas
- 1 cebolleta fresca
- 100 ml. de leche
- 100 ml. de nata
- 2 c.s de cebollino fresco picado
- Un cuarto de litro de fondo de verduras
- Sal

Otros:

- Espárragos verdes

Elaboración

Picar finamente con el cuchillo los dos tipos de salmón; picar de igual modo las alcaparras, los pepinillos y la cebolleta. En un bol grande mezcla bien la cebolleta picada, el aceite, el jerez, la salsa de soja, la mostaza, las yemas de huevo y una pizca de pimienta. Cinco minutos antes de servir agrega a esta mezcla el huevo duro picado, las alcaparras y pepinillos, así como las hierbas ya picadas. Por último, un par de minutos antes de servirlo, añade el pescado, también picado y da el punto de sal.

Para la vichysseoise:

En una cazuela a fuego lento calienta el aceite, dorando muy lentamente la cebolleta; una vez dorada, añade los puerros troceados y mezcla a fuego lento hasta que estén tiernos. Agrega las patatas peladas y en rodajas y rehoga. Añade el caldo y deja hacer unos 30 minutos a fuego lento. Tritura y cuele. Añade la leche y dale un hervor. Vuelve a pasar por la batidora y el chino. Agregar la nata y mezcla bien, da el punto de sal y deja enfriar en el frigorífico, añadiendo al final el cebollino picado.

Montaje

Coloca en un aro el tartar y deposítalo sobre el plato, retira el aro y alrededor del tartar dispón unas cucharadas de la vichysseoise. Decora con los espárragos salteados.



La mejor formación
está en la calidad

CERDO ASADO CON PURÉ DE MANZANA Y PIÑA

Ingredientes

Para el puré de manzana y piña

- 400 g de manzana ácidas
- 400 g de piña
- 25 g de azúcar
- 150 g de mantequilla

Para la salsa de pomelo

- 200 g de zumo de pomelo
- ½ l de jugo licuado de zanahoria
- Unas nueces de mantequilla

Para el carré de cerdo

- 1 costillar de cerdo
- Aceite de oliva
- Sal

Además

- Zanahorias baby y brotes de espinaca

Elaboración

Para el puré de manzana y piña

Colocar en una bandeja de horna la piña pelada, la manzana descoronada con piel en trozos medianos y el azúcar.

Asar todo a 120°C durante 45 minutos.

Transcurrido triturar junto con el jugo de cocción que ha soltado durante el horneado y ligar con la mantequilla fría. Reservar.

Para la salsa de pomelo

En una cazuela poner el jugo de pomelo y reducirlo a la mitad. Añadir el jugo licuado de zanahoria y reducir todo hasta conseguir unas 10 cucharadas soperas, una salsa de textura consistente. Acabar de montar con la mantequilla.

Para el carré de cerdo

Limpiar bien el costillar de cerdo y quitarle la grasa sobrante. Sazonar.

Sellarlo en una sartén con una gota de aceite a fuego medio/alto por todo sus lados aproximadamente durante 15 minutos dependiendo del tamaño del costillar sin moverlo.

Colocar la carne en una bandeja de horno con una rejilla para que se escurran los jugos, salpimentar y asar a 120°C durante 40-45 minutos.

Sacar del horno y dejar reposar sobre otra rejilla, cubierto con papel de aluminio al que le habremos hecho dos “chimeneas” durante al menos 8 minutos.

Cortar en rodajas, salsear con el jugo del asado, la salsa de pomelo en un costado y servir junto con el puré de piña y manzana caliente.



La mejor formación
está en la calidad

FLAN DE COCO CON FRESAS

Ingredientes

- 250 ml. de crema de leche
- 250 ml. de leche de coco
- 4 huevos
- 125 gr. de azúcar
- Canela
- Peladura de limón
- 100 gr. de coco rallado
- 200 gr. de azúcar
- 300 gr. de fresas

Elaboración

Hervir la leche con el azúcar e infusionar con canela y limón. Pasar por el chino, añadir los huevos y el coco y batir. Fundir el azúcar con unas gotas de limón hasta obtener un caramelo dorado. Rellenar primero el fondo de las flaneras con el caramelo y después llenar con la mezcla de flan.

Preparar un baño maría en una bandeja de horno. Cocer al horno a 180° C 30 min.

Cortar las fresas y decorar.



La mejor formación
está en la calidad

CEBICHE NIKKEI DE CORVINA Y PULPO

Ingredientes

- *3 patas grandes de pulpo cocido*
- *1 kg y medio de pescado blanco fresco y de lomo ancho*
- *12 cola de langostino*
- *2 cebollas rojas grandes cortadas en juliana fina*
- *2 ajís pequeños picados finamente (sin pepitas)*
- *2 cucharadas de cilantro fresco picado finamente*
- *8 limas*
- *Sal y pimienta blanca recién molida (al gusto)*
- *50 ml de Salsa Teriyaki*

Elaboración

El primer paso es limpiar el pescado, de piel y espinas Utilizaremos los lomos del pescado. Una vez limpios, los fileteamos con el cuchillo cortando tiras o en dados medianos, trozos de 1 - 1/2 cm. Lavamos bien el pulpo de restos de gelatina y cortamos trozos pequeñitos, que no molesten al comer. Reservamos el pescado y el marisco en una fuente grande.

Cortamos las limas por la mitad y las tenemos lista para exprimir. Con una de ellas frotamos el bol donde vamos a preparar el cebiche. Añadimos al bol o fuente el pescado y marisco, añadimos cubitos de hielo, para que el pescado esté lo más frío posible durante el máximo tiempo posible.

Cortamos la cebolla china (se puede sustituir por puerro delgadito) en juliana y añadimos a la fuente con el pescado.

Agregamos sal fina (al gusto), pimienta blanca recién molida y el ají (o chile) finamente picado.

Exprimimos las limas sobre el bol donde tenemos nuestros ingredientes, Removemos 1 minuto hasta que esté todo bien integrado. Cuando el pescado comienza a tomar color probar de sabor y rectificar de sal si es necesario. El ácido cítrico de las limas modificará las proteínas del pescado para dejarlas en su punto. Cortamos el cilantro muy fino, suavemente para no machacarlo y añadimos. Quitamos los cubitos de hielo del bol.

Cortamos la cebolla morada en juliana fina... y la añadimos al cebiche en el último momento antes de servir. Dejamos reposar en la nevera durante 10 minutos hasta que el pescado esté bien blanco.

Juntamos cebiche, con langostinos y pulpo rehogamos con teriyaki y emplatamos



La mejor formación
está en la calidad

MAGDALENAS CON PIÑA, COCO Y CHOCOLATE

Ingredientes

- 150 gr. de cobertura de chocolate
- 100 gr. de piña natural troceada
- 4 C.S. de coco rallado
- 3 huevos
- 180 gr. de harina
- 60 gr. de azúcar glasé
- 1 yogur griego
- 1 sobre de levadura en polvo
- 50 gr. de mantequilla derretida

Elaboración

Precalentar el horno a 200° C.

Trocear el chocolate a tamaño de pepitas.

En un recipiente mezclar el yogur con los huevos, el azúcar, la mantequilla derretida, el coco, la levadura y la harina mezclada y tamizada. Agregar el chocolate troceado y mezclar todo, removiendo con suavidad.

Colocar los trozos de piña en los moldes vertiendo por encima la preparación anterior. Llevar al horno cocinar durante aproximadamente 18 minutos, hasta que las magdalenas estén ligeramente doradas.



La mejor formación
está en la calidad

CEVICHE DE RAPE, CON HUMUS DE AGUACATE Y LECHE DE TIGRE

Ingredientes

- 500gr de rape fresco.
- 1 cebolla roja.
- ½ piña natural.
- 50gr de limas.
- ½ pimiento rojo.
- Pasta de aji o chile.
- 2 dientes de ajo.
- Aceite de oliva.
- Sal.
- Cilantro fresco.
- 150gr de fumet de pescado.
- g.xantana

Para el Hummus.

- 200gr de garbanzos cocidos.
- 100gr de aguacate limpio
- 30gr de tahina.
- ¼ de cebolla dulce.
- 1 cucharada de comino,
- 1 diente de ajo.
- 2 limas.
- Sal.
- Aceite de oliva.
- Salsa de chile

Elaboración

Limpiamos y troceamos el rape a cuadrados de 2 a 3 cm. Reservamos en frío

En un bol pondremos la piña cortada en macedonia, la cebolla y el pimiento rojo en juliana, la pasta de aji o chile, los dientes de ajo molido al mortero.

Haremos zumo con las limas, reservaremos.

Para el Hummus.

En el vaso de la batidora pondremos los garbanzos con un poco de agua, añade la pulpa de aguacate, la tahina, la cebolla troceada, el comino molido, el ajo previamente pelado y troceado, el zumo de lima, un poco salsa picante al gusto, y sal.

Pasar por túrmix, y rectificar de sabor, reservar en frío.

Acabado.

Juntaremos el pescado con el bol del preparado anterior, y el zumo de las limas y dejaremos marinar al gusto, una vez este le mezclaremos el cilantro picado.

Con el jugo restante lo alargaremos con el fumet para realizar la leche de tigre, espesaremos con la xantana y emulsionaremos con el aceite de oliva.

En un plato pondremos de base el hummus, colocaremos encima el ceviche y le rociaremos un poco de leche de tigre.



La mejor formación
está en la calidad

TATAKI DE TERNERA MARINADO, CREMA DE HABAS Y VINAGRETA DE FRUTOS SECOS

Ingredientes

- Rucula.
- 350 gr de entrecot
- 1 dl de salsa de soja
- 3 c.s de azúcar
- 1 dl de sake dulce
- 1 c.s. de aceite de sésamo
- 1 c.s. Ajo y jengibre rallado
- Cebollino

Para la Crema de habas.

- 300gr de habas frescas.
- 1 cebolla dulce.
- 1c.c de salsa de soja.
- Sal/pimienta.
- 100gr de calde de ave.
- Goma xantana.

Para la Vinagreta.

- 50gr. De nueces.
- 50gr. De avellanas.
- Aceite de oliva.
- Sal
- Vinagre de jerez.

Elaboración

Limpiar el entrecot de grasas y tendones. Cortarlo en lingotes.

Marinar con la mezcla de salsa de soja, azúcar, sake dulce, aceite de sesmo, jengibre y ajo.

Retirar de la marinada y pasar por la plancha bien caliente. Marcar por los 4 costados 10 segundos. Enfriar en agua con hielo. Secar y guardar en frío.

Para la Crema de habas.

Rehogar en sotè, la cebolla en brunoise, añadiremos las habas seguimos rehogando unos minutos mas y añadimos el caldo de ave, la sal, pimienta y la soja, coceremos a fuego lento hasta que las habas estén tiernas.

Lo trituraremos todo emulsionando con aceite de oliva y espesando con la xantana hasta conseguir la textura deseada. Rectificar de sabor.

Para la Vinagreta.

Pelar los frutos secos, machacarlos bien en un mortero, añadiremos sal, vinagre de jerez y aceite de oliva.

Acabado.

Cortar el tataki bien fino. En la base del plato pondremos la crema de habas, el tataki encima bien colocado, decoraremos con el marinado, la vinagreta y la rucula.



La mejor formación
está en la calidad

HELADO DE COCO Y JENGIBRE CON SALSA TOFFE DE PLATANO Y RON.

Ingredientes

- 400gr de leche de coco.
- 240ml de crema de leche.
- 85gr de azúcar.
- 30gr de glucosa.
- ½ cucharadita de sal.
- 3 yemas de huevo.
- 1 trozo de jengibre fresco.
- 1 cucharadita de extracto de vainilla.

Para el Toffè

- 75gr de azúcar moreno.
- 75ml de ron añejo.
- 60gr de mantequilla troceada.
- 1/2cucharadita de canela en polvo.
- 1/2cucharadita de nuez moscada.
- 60ml de crema de leche.
- 3 plátanos ligeramente maduros.

Elaboración

Pondremos a calentar en un cazo la leche de coco, la crema de leche, el azúcar, la glucosa, la sal, el extracto de vainilla y el jengibre fresco pelado y cortado a trozos. Coceremos a fuego medio unos 10 min para que se disuelva el azúcar y se infusione el jengibre, retiraremos del fuego y reservaremos tapado unos 10 min mas.

Montaremos bien las yemas e iremos vertiendo la crema de coco colada en ellas, removiendo constantemente, una vez integrado volveremos al fuego y coceremos hasta los 82°, enfriaremos con un baño de agua/hielo e introduciremos la mezcla en la heladora.

Para el Toffè

En una sote hacemos un caramelo con el azúcar y el ron, sin apartar del fuego añadimos la mantequilla a trozos, una vez integrada le tiramos la canela en polvo y la nuez moscada, añadimos la crema de leche poco a poco removiendo contantemente, añadimos los plátanos a rodajas de ½ centímetro aprox, cocinamos todo bien hasta que los plátanos estén bien cocidos pero que no pierdan su forma. Reservaremos.

Acabado

Pondremos en el fondo de una copa el toffe de base con una bola de helado encima.



La mejor formación
está en la calidad

BASMATI DE AZAFRAN Y CURCUMA CON TARTAR DE CALAMAR, TEMPURA Y MAYONESA DE TINTA

Ingredientes

Para el Tartar de calamar

- 250 gr de calamar
- 100 ml de aceite de oliva
- Sal y pimienta
- Zumo de ½ limón

Para la Tempura negra

- 175 gr de harina de fuerza
- 100 gr de agua
- 60 ml de cerveza
- Sal
- 1 c.c.de tinta de calamar

Para la Mayonesa de tinta de calamar

- 1 huevo
- 2 c.s.de tinta de calamar
- 50 ml de aceite de girasol
- 50 ml de aceite de oliva
- 3 ajos

Para el Pilaf de azafrán

- 4 hebras de azafrán
- 1 cebolla
- 1c de cúrcuma
- 100 gr de arroz basmati
- 40 gr de mantequilla
- 120 ml de agua

Elaboración

Para el Tartar de calamar

Limpiar los calamares y escaldar 1 minuto en agua salada. Parar cocción y picar en brunoise. Aderezar con el aceite y zumo de limón. Salpimentar y reservar en frío.

Para la Tempura negra

Mezclar el agua con la harina, la tinta y la sal. Añadir la cerveza y formar una masa semi líquida que pueda entrar en un biberón. Tirar sobre aceite caliente para formar pequeñas bolitas. Freír 30 segundos y retiraras obre papel.

Para el Pilaf de azafrán

Picar la cebolla en ciselée y rehogar con la mitad de la mantequilla. Mantener a fuego suave hasta que esté dorada. Añadir el azafrán y la cúrcuma, poner el arroz y cubrir con el agua fría.

Tapar y cocer 12 minutos a fuego medio.

A final de cocción destapar, añadir el resto de mantequilla y salpimentar.

Montaje

Pintar la base del plato con una pincelada de mayonesa.

Colocar en una lado el arroz y el otro el tarar.

Colocar sorbe el tartar las bolitas de tempura.



La mejor formación
está en la calidad

LOMO DE AÑOJO CON NUESTRA VERSIÓN DE CURRY ROJO

Ingredientes

- 1 lomo de añojo de 600 gr
- Sal y pimienta

Para el falso Curry rojo de pimentón

- 25 gr de tomate seco
- 50 gr de pimentón
- 5 gr de puré de pimiento picante
- 10 gr de aceite de oliva
- 75 gr de agua

Para el Aire de limón

- 150 ml de agua
- 100 gr de zumo de limón
- 2 gr de lecitina de soja

Para el Sorbete de lima

- 250 gr de agua
- 150 ml de zumo de lima
- Gotas de tabasco
- 20 gr de dextrosa
- Pizca de sal
- Ralladura de ½ limón
- Estabilizante de sorbetes según proveedor.

Para la Tierra negra

- 100 gr de harina
- 50 gr de mantequilla
- 50 gr de malto dextrina
- 1 sobre de tinta de calamar
- Pizca de sal

Elaboración

Para el falso Curry rojo de pimentón

Limpiar y cortar el tomate en ciselée. Añadir el pimentón y la pulpa de pimiento picante.

Añadir el agua y batir. Reservar en frío.

Al pase añadir el aceite de oliva y volver a batir. Ajustar de sazón

Para el Aire de limón

Mezclar todos los componentes y turmizar al pase.

Para el Sorbete de lima

Mezclar todos los componentes y madurar toda la noche.

Mantecar al día siguiente

Para la Tierra negra

Arenar todos los ingredientes

Estirar en placa de horno y hornear 12 minutos. A 180° C

Montaje

Marcar el lomo al gusto y filetear

Colocar sobre la salsa y decorar con la falsa tierra

Acompañar con el aire y una bola de sorete



La mejor formación
está en la calidad

CHOC CHIP BARCS

Ingredientes

- 200 gr de azúcar moreno
- 160 gr de azúcar blanco
- 2 huevos grandes
- 1 c.c. De vainilla líquida
- 190 gr de mantequilla derretida
- 380 gr de harina
- 15 gr de lavadura química
- Pizca de sal
- 300 gr de pepitas de chocolate

Elaboración

Mezclamos los huevos, con los azúcares y la vainilla. Añadimos la mantequilla derretida y mezclamos bien
Añadimos de golpe de haría tamizada con la levadura, mezclamos hasta obtener una masa homogénea e incorporamos las perlas de chocolate
Engrasamos un molde con mantequilla y añadimos la masa
Estirar con una pelta para que se coloque bien
Horneamos durante 30 minutos hasta que se forme una fina corteza en la superficie.
Dejar enfriar completamente antes de desmoldar.



La mejor formación
está en la calidad

WONTONS DE POLLO CON GAMBAS

Ingredientes

- 2 Cebollas tiernas
- 1 clara de huevo
- 150 gr de pechuga de pollo picada
- 100 gr de gambas o langostinos pelados picados
- 1 diente de ajo picado
- 2 c.s de Jengibre fresco picado
- 2 c.s de salsa de soja
- 2 c.s de sake
- 2 c.c de azúcar
- Sal y pimienta
- 20 hojas de pasta wonton
- 1 puerro
- 1 paquete alfalfa germinada

Para la salsa

- 1 dl de salsa de soja
- 1 cucharada de aceite de sésamo
- 1 c.c de sambal o pasta de chiles o aceite de guindillas
- 1 pizca de azúcar

Elaboración

Tritura la cebolla tierna junto con la clara de huevo, la carne picada de pollo, las gambas, el ajo y el jengibre hasta que se convierta en una mezcla algo espesa. Añade la salsa de soja, el sake, el azúcar, la sal y la pimienta y mezclar todo. Reparte el relleno entre las hojas de wontons dejando un espacio para cerrar por los bordes. Pinta con yema de huevo para pegar el doblado.

Para la salsa bate la salsa de soja con el aceite de sésamo y el picante.

En una cesta de cocción al vapor de bambú pinta la parte baja con la salsa. Coloca los wontons dentro. Ponemos la vaporera de bambú encima de una olla con agua hirviendo. Cocemos 15 min. Se pueden hacer fritos. 3 min. Servirlos con salsa.



La mejor formación
está en la calidad

CODORNICES A LAS 5 ESPECIES CON PAT CHOY

Ingredientes

- 5 codornices
- 1 cebolla picada
- 1 c.s. de jengibre
- 10 semillas de cilantro
- 1 estrella de anís
- 10 granos de pimienta de sichuan
- 1 de palo de canela
- 1 diente de ajo
- 30 ml de salsa de soja
- 0,5 l de caldo de pollo
- 1 c.s de miel.
- 4 pak choy
- 1 budo de hinojo
- 1 dl de aceite de sésamo
- Semillas de sésamo

Elaboración

Limpiamos de plumas las codornices. Las salamos y las doramos por todos los lados en una cazuela con un poco de aceite. Añadimos las especias, la salsa de soja y el caldo de pollo. Dejamos reducir 30 min.

Retiramos las codornices cuando estén tiernas. Reducimos un poco más el jugo o lo ligamos con un roux. Añadimos la cucharada de miel.

Salteamos el pak choy y el hinojo con aceite de sésamo.



La mejor formación
está en la calidad

LASY DE AGUACATE CON JENGIBRE CON GALLETAS DE CHOCOLATE

Ingredientes

- *½ l de Leche*
- *2 yogures*
- *2 aguacates*
- *3 c.s. de miel*
- *25 gr. de jengibre.*
- *1 vaina de cardamomo*

Para las cookies

- *¼ de vainilla*
- *1 Huevo*
- *100 gr de azúcar*
- *2 c.s. de mantequilla*
- *70 gr. Chocolate negro*
- *30 gr. Chocolate blanco*
- *2 c.s. de harina*
- *½ c.s de 5 especies*
- *½ c.s café soluble*

Elaboración

Blanquear el huevo con el azúcar. A medio montar incorporar la vainilla y seguir montando. Fundir 2/3 de chocolate negro con la mantequilla al microondas. Cortar el chocolate blanco y el resto de chocolate negro a trozos gordotes. Incorporar a los huevos el chocolate fundido y mezclar con cuidado. Tamizar la harina y el café soluble y añadir a la mezcla de chocolate. Por último incorporar los trozos de chocolate. Estirar la masa de cookies encima de un papel de horno y envolver haciendo un canelón. Congelar la pasta. Cuando este sólida cortarla a rodajas y disponerlas sobre una bandeja de horno forrada con papel de horno. Calentar el horno a 180°C y cocer por 10 min.

Dejar enfriar encima de una rejilla.

Batir el aguacate, la miel, la leche, los yogures, el cardamomo y el jengibre. Dejar enfriar en el frigorífico.



La mejor formación
está en la calidad

CANUTILLO CRUJIENTE DE PASTA BRIK CON ESPÁRRAGOS VERDES, SALMÓN AHUMADO Y CREMA DE YOGUR CON AGUACATE

Ingredientes

- *1 hoja de pasta brik*
- *Mantequilla derretida*
- *Eneldo*
- *2 espárragos verdes*
- *1 loncha de salmón ahumado*
- *1 yogur griego*
- *1 aguacate*
- *Lima*
- *1 pepinillo en vinagre*
- *1 tomate pera*
- *Hojas pequeñas de albahaca*
- *Sal y pimienta blanca*

Elaboración

Cortar tira rectangular de pasta brik, pintar con mantequilla derretida, formar canutillo vertical y hornear. (Para esta operación podemos utilizar aro o canutillo de acero inoxidable o papel de aluminio)

Elaborar una crema de aguacate y yogur: mezclar los dos ingredientes y mixar, añadir jugo de lima y sal al gusto. Reservar en manga pastelera sin boquilla.

Rellenar al pase los canutillos con la crema

Hervir los espárragos a la inglesa, enfriar y reservar.

Escaldar el tomate, pelar y retirar con cuidado la pulpa del tomate: la utilizaremos para decorar el plato junto con la albahaca y unas gotas de aceite de oliva.

Cortar el salmón ahumado al tamaño deseado, poner sobre la crema dentro del canutillo, decorar con el pepinillo cortado, los espárragos verdes y el eneldo.



La mejor formación
está en la calidad

VERDEL CON SALSA TERIYAKY Y PATATAS BRAVAS

Ingredientes

- 500 de caballas en filetes y sin espinas
- 150 ml de salsa teriyaki
- 500 gr de patatas pequeñas
- 50 ml de ali-oli
- Aceite
- Pimienta blanca
- Sal

Para la Salsa teriyaky

- 6 cucharadas de salsa de soja
- 3 cucharadas de sake japonés
- 2 cucharadas de vino blanco dulce
- 1 cucharada de azúcar
- Jengibre en polvo o rallado en el momento (opcional)

Elaboración

Limpiamos la caballa sacamos los filetes y desespinamos. Una vez que el pescado esté listo, hay que ponerlo a marinar (lo ponemos crudo con la salsa en un recipiente) en la nevera 1 hora aproximadamente.

Calentar una sartén de fondo grueso con 3 cucharadas de aceite hermosas. Escurrir el pescado de a salsa, salpimentar los lomos de pescado y hacerlos en la sartén 2 minutos a fuego vivo por el lado de la piel. No hay que darle la vuelta si tapamos un minuto el pescado con una tapa. Sacarlo y reservar.

Poner toda la salsa que hemos utilizado para marinar el pescado en la misma sartén y dejarla hervir 5 minutos.

Para la Salsa teriyaky

En una olla reductora iremos echando en él la salsa de soja, el vino blanco dulce y el sake.

Cuando se vayan calentando los líquidos, vamos añadiendo el azúcar poco a poco hasta que se disuelva completamente.

Lo dejamos cocer a fuego lento, hasta que quede una salsa teriyaki con el espesor deseado, se deja enfriar...el Jengibre lo echaremos a última hora pero con la salsa caliente

Montaje

Poner un par de lomos de caballa en cada plato con la salsa por encima. Acompañar de las patatas con la salsa barbacoa con picante y el ali-oli. También se puede acompañar de alguna verdura como espárragos al vapor.



La mejor formación
está en la calidad

BROWNIE CON PERAS Y JENGIBRE

Ingredientes

- 240 gr. *Chocolate de cobertura*
- 180 gr. *de mantequilla*
- 310 gr. *de azúcar*
- 3 *huevos*
- 180 gr. *de harina*
- ¼ c.s. *de levadura royal*
- 100 gr. *de nueces*
- *Aroma de vainilla.*

Para la Guarnición

- 3 *peras*
- 1 c.c. *de jengibre*
- 2c.s.. *de azúcar*

Elaboración

Montar los huevos con el azúcar. Después añadir la mantequilla fundida con el chocolate. Agregar la harina y la levadura tamizada. Incorporar las nueces.

Encamisar un molde y cocer al horno 30 min. a 180°C.

Cortar la pera a daditos. Saltearla en una paella junto con el jengibre picado. Añadir el azúcar y tapar la paella. Bajar el fuego dejar que sude.

Servir un trozo de pastel con una cucharada de pera picante



La mejor formación
está en la calidad

CEVICHE DE SALMÓN CON PATACONES DE PLÁTANO MACHO

Ingredientes

- 400 gr de filete de salmón
- 10 langostinos
- 1 cebolleta
- 2 limones
- 2 lima
- Cilantro fresco
- Sal
- Pimienta
- Chile molido
- 1 rama de apio
- 1 Mango
- 3 plátanos macho
- 50 gr de quicos Mr Corn

Elaboración

Pelar y sacar las espinas del filete de pescado. Cortarlo a dados. Juntar los langostinos limpios de tripa.

Marinar con el zumo de limón y la lima 1 hora.

Picar la cebolla el apio y el cilantro. Mezclar con el pescado. Salpimentar y espolvorear el chile

Cortar el mango a daditos y mezclar con el ceviche.

Pelar el plátano y cortarlo a rodajas de 2 cm. Freírlos con aceite abundante. Escurrir los patacones y chafarlos. Antes de servir volver a freírlos para que queden crujientes.

Servir el cebiche en una copa de coctel con un par de patacones. Picamos los quicos y espolvoreamos por encima.



La mejor formación
está en la calidad

YAKISOBA

Ingredientes

- 200 gr. de fideos secos (soba)
- 100 gr. de ternera o pollo
- 1 sepia
- 2 zanahorias
- 1/2 col
- 50 ml. de aceite de girasol
- 200 ml. de caldo de pollo o agua
- Ralladura de jengibre
- 3 c.s. de salsa de soja
- 1 c.s. de aceite de sésamo
- 2 c.s. de miel

Elaboración

Cortaremos todos los ingredientes en juliana, los más fina posible.

Saltearemos los ingredientes por texturas unos 2 minutos en un poco de aceite y retiramos.

Añadimos el agua o el caldo, llevamos a ebullición e introducimos la pasta. Dejamos cocer tapado unos 4 minutos.

Destapamos y comprobamos la correcta cocción de la pasta. Dejaremos evaporar y añadimos la salsa de soja, el sésamo y la miel. Mezclamos bien con los fideos hasta que queden teñidos e incorporamos el resto de componentes. Mezclamos y rectificamos el gusto.

Añadir el jengibre en juliana y servir de inmediato



La mejor formación
está en la calidad

TARTA MASSINI

Ingredientes

Para la Plancha

- 3 huevos
- 90gr azúcar
- 90gr harina.

Para el Almíbar

- 50gr agua
- 50gr azúcar
- Brandy

Para la Trufa rápida

- 75gr cobertura de chocolate al 70%
- 250gr de nata

Para la Nata montada

- 300gr de nata
- 25gr de azúcar

Para la Yema pastelera

- 100gr de leche (70gr + 30gr)
- 2 huevos
- 150gr de azúcar
- 20gr de maicena

Elaboración

Para la Plancha

Blanqueamos los huevos con el azúcar hasta triplicar volumen. Incorporamos la harina tamizada con espátula en 2 o 3 veces. Escudillamos en papel de horno y horneamos a 180° durante 6-8 minutos hasta que esté dorada.

Para el Almíbar

Mezclamos el azúcar y el agua en una reductora y llevamos a ebullición. Añadimos el Brandy.

Para la Trufa rápida

Fundimos la cobertura al baño María. Montamos la nata al punto semi-montada (marcando barilla). Cuando la cobertura esté a 29°C, le añadimos la nata mezclando con movimientos envolventes.

Para la Nata montada

Montamos la nata añadiendo el azúcar en forma de lluvia hasta que esté bien firme.

Para la Yema pastelera

Hacemos una "papilla" con los huevos, la maicena y 30gr de leche. Hervimos 70gr de leche con 150gr de azúcar y vertemos sobre la papilla. Colamos y devolvemos al fuego hasta que hierva y espese. Reservamos y enfilmamos por contacto en un recipiente plano.

Montaje

Ponemos una capa de bizcocho, empapamos en almíbar y cubrimos con la trufa. Ponemos otra capa de bizcocho, empapamos de nuevo y ponemos la nata montada. Acabamos con bizcocho que cubriremos con una capa de yema pastelera. Espolvoreamos azúcar por encima y quemamos.



La mejor formación
está en la calidad

QUESADILLAS DE QUESO CON CHORIZO CON SALSA PICO DE GALLO Y SALSA DE YOGURT

Ingredientes

- 3 cebollas tiernas cortadas en juliana
- 2 Chorizos
- Un pimiento rojo
- 8 Tortitas mejicanas
- 200 g de lonchas de queso para gratinar

Para la salsa pico de gallo:

- 3 Tomates maduros en macedonia
- ½ Cebolla cisele
- 2 Chiles serranos ó jalapeños picados
- 3 cucharadas de cilantro picado
- zumo de medio limón
- Sal

Para la salsa de yogurt:

- Dos yogures naturales
- Aceite de oliva
- Sal
- Cebollino picado

Elaboración

Rehogamos la cebolla y el pimiento. Deben quedar crujientes añadimos el chorizo desminado y continuamos rehogando. Aparte, ponemos una sartén antiadherente a calentar a fuego medio. Seguidamente, colocamos una tortilla en la sartén con un poco de relleno y el queso. En cuanto el queso empiece a fundir, tapamos con otra tortilla y le damos la vuelta a la quesadilla para que se cocine por el otro lado. Esperamos un minuto y la sacamos de la sartén. Repetimos la operación hasta terminar con las tortillas.

Servimos las quesadillas partidas por la mitad y acompañamos de la salsa

Para la salsa pico de gallo

Mezclamos los tomates, la cebolla, y los chiles en un recipiente. Añadimos el cilantro, el jugo de limón y la sal al gusto. Dejamos reposar durante aproximadamente diez minutos para que se integren los sabores.

Haremos la salsa de yogurt mezclando todo, ponerlo al punto de sal y pimienta. Reservar.



La mejor formación
está en la calidad

COSTILLA DE CERDO A LA BBQ CON PATATAS DE LUXE

Ingredientes

- *Un kilo de costilla de cerdo en un trozo*
- *120 ml. de aceite de oliva*
- *1 c.c. de pimentón ahumado*
- *Sal y pimienta*

Para las patatas de luxe

- *500 g de patatas cortadas a gajos*
- *1,5 l de agua*
- *70 g de harina*
- *1/2 c.c de pimentón dulce*
- *ajo en polvo*
- *c/s. de orégano seco*
- *c/s de estragón seco*
- *c/s de tomillo seco*
- *1 c.p. de sal*
- *Aceite de oliva para freír*

Para la salsa barbacoa

- *3 c.s. de mostaza*
- *30 g. de azúcar moreno*
- *100 de miel*
- *sal y pimienta*
- *2 c.s. de jengibre picado*
- *500 g. de puré de tomate*
- *240 ml.de zumo de naranja*
- *1 cebolla ciselée*
- *2 dientes de ajo ciselée*
- *2 c.s de Perejil*
- *2 c.s.de salsa whorcestershire*
- *Pimienta de cayena, opcional*

Para la salsa crema de las patatas:

- *50 g de queso crema*
- *75 g de mayonesa*
- *25 g de cebolleta fresca*
- *c/s. de albahaca fresca*
- *c/s de orégano seco*
- *1 c.s. de mostaza*

Elaboración

Precalentar el horno a 180° C. disponer las costillas en una bandeja. Mezclar el aceite con el pimentón ahumado y pintar las costillas. Hornearlas unos 20 a 30 minutos, hasta que las costillas estén ligeramente crujientes.

Para las patatas de luxe

Poner en una olla con agua las patatas cortadas en gajos. Llevar a ebullición. Cocer durante 5 minutos. Escurrir y reservar. En un bol mezclar la harina, el pimentón, el orégano, el tomillo, el estragón y la sal. Añadir las patatas y mezclar bien hasta que queden bien impregnadas. Freír las patatas en abundante aceite a fuego medio hasta que estén bien dorados. Retirar y escurrir encima de papel absorbente. Servir con la salsa.

Para la salsa barbacoa

En una sauter rehogar la cebolla, añadir el ajo y el azúcar hasta que se funda, añadir la miel dejar cocer unos minutos y añadir el resto de los ingredientes cocerlos 5 minutos, removiendo de vez en cuando.

Desechar la grasa de la bandeja de horno y embadurnar las costillas con la mitad de la salsa y hornear 20 minutos. Darles la vuelta, untarlas con la otra mitad de la salsa y hornear 20 minutos más. Cortarlas en secciones y servir las acompañadas de las patatas.

Para la salsa crema de las patatas

Poner todos los ingredientes de la salsa en el vaso de la batidora y triturar hasta conseguir una masa homogénea. Retirar y reservar en el frigorífico en un recipiente hermético hasta el momento de servir.



La mejor formación
está en la calidad

MOJITO BUNDT CAKE

Ingredientes

- 280 g. de harina
- 115 g. de mantequilla a temperatura ambiente
- 300 g. de azúcar
- 50 g. de azúcar
- 5 huevos
- 235 ml buttermilk
- 120 ml de aceite de girasol
- 6 g. de impulsor
- 2,5 g. de bicarbonato
- pizca sal
- 25 hojas grandes de hierbabuena
- La ralladura de dos limas

Para el almíbar:

- 100 g. de azúcar
- 25 hojas de hierbabuena
- 50 g. de zumo de lima
- 70 ml de agua
- 30 ml de ron

Para el glaseado:

- 200 g. de azúcar glas
- 50 g. de zumo lima
- 20 g. de ron

Elaboración

Precalentar el horno a 180°C y engrasar bien un molde de bundt cake.

Machacar bien en un mortero las hojas de hierbabuena junto las ralladuras de las limas. A continuación, en una batidora, mejor en la Thermomix, triturar los 50 g. de azúcar junto a la mezcla de ralladura de las limas y las hojas de hierbabuena. Reservar.

Creumar la mantequilla pomada con el azúcar durante unos 3 o 4 minutos y agregar la mezcla anterior batiendo otros 3 minutos más. Añadir los huevos de uno en uno batiendo y mezclando bien hasta que veamos una masa esponjosa.

Añadir el aceite con ayuda de una espátula y la harina, tamizada junto con el impulso, el bicarbonato y la sal, en tres veces alternándola con el buttermilk, empezando y acabando por la harina, y mezclándolo bien.

Verter la masa en un molde bundt, dar unos golpes contra la encimera para que salgan las burbujas de aire que se hayan podido formar y hornear unos 40 a 50 minutos aprox.

Para el almíbar:

En un cazo introducir el azúcar y las hojas de hierbabuena. Con el palo de un mortero machacar bien las hojas con el azúcar. Verter el agua y llevar al fuego medio hasta que hierva y se disuelva bien el azúcar.

Para el glaseado:

En un bol mezclar todos los ingredientes con una varilla. Si la queremos más espesa añadir más azúcar glas y si la queremos más líquida añadir más zumo de lima o ron.

Acabados:

Una vez sacado el Bundt del horno, hacer unos agujeros sobre la base, con un palillo y verter el almíbar. Dejar reposar media hora y pasado ese tiempo darle la vuelta.

Verter el glaseado por encima y decorar.



La mejor formación
está en la calidad

RAVIOLIS DE WONTON JAPONESES

Ingredientes

- 200 gr. de carne picada de cerdo
- 100 gr. de col china
- 1 diente de ajo
- 2 chalotes
- 1 c.s. de jengibre rallado
- 2 c.s. de aceite de sésamo
- 4 c.s. de sake
- 4 c.s. de salsa de soja
- Pasta wonton

Para la Salsa gyoza

- 5 c.s. de salsa soja
- 5 c.s. de vinagre de arroz
- 2 c.s. de aceite de girasol
- 1 guindilla picada (opcional)
- 1 c.c. de jengibre rallado
- 2 c.s. de miel

Elaboración

Cortar la col, bien pequeña y luego agregarle sal y dejarla reposar unos 20 minutos y exprimir el líquido.

Mezclar la col, el ajo, el jengibre rallado, la cebolleta, el sake, la salsa de soja y el aceite de sésamo con la carne picada. Mezclar bien, mejor hacerlo con las manos, es más práctico.

Poner un poquito de la mezcla en el centro del disco de la masa won ton. Con el dedo, untar la punta de medio disco con un poco de agua. Cerrar la gyoza por la mitad.

En una sartén engrasada las colocamos en fila, las dejamos freír un poco y luego le echamos un vaso de agua, tapamos y las dejamos cocer al vapor, hasta que el agua se evapore.

Para la Salsa gyoza

Mezclar la salsa de soja con el de vinagre de arroz, el aceite de oliva y unas gotas de aceite de chile. Probarla y si es, demasiado salada ponerle más vinagre.



La mejor formación
está en la calidad

COUS COUS DE VERDURITAS Y CORDERO AL CURRY

Ingredientes

- 150 gr. de cous cous
- 360 cl de caldo de pollo
- 1 pimiento rojo
- 1 cebolla
- 1 calabacín
- 2 zanahorias
- ¼ de col
- 1 bote pequeño de garbanzos
- 3 costillas o trozos de cordero
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta

Elaboración

Anacarar el cous cous y reservar en un bol. Poner el caldo a hervir y escaldar el cous cous, remover con cuidado, tapar con un trapo, dejar reposar y remover con cuidado de nuevo. Dejar que el cous cous coja su punto y condimentar. Cortar toda la verdura en daditos y cocinar en una sartén a fuego suave, condimentar, añadir al cous cous y mezclar.

Marcar la carne de cordero procurando que quede al punto, recuperar temperatura de los garbanzos volviendo a cocinar con una parte del caldo caliente, recuperar temperatura del cous cous . Disponer en el plato de forma tradicional y regar con el caldo sobrante de recuperar los garbanzos.



La mejor formación
está en la calidad

FRESAS A LA PIMIENTA CON HELADO DE MASCARPONE

Ingredientes

- 400 gr. de fresas
- 50 gr. de mantequilla (aprox.)
- 50 gr. de azúcar (aprox.)
- Pimienta negra
- Media naranja (para zumo)
- Cointreau
- Helado de mascarpone

Para el Helado de Mascarpone

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

Elaboración

Lavamos las fresas y las cortamos por la mitad. Reservamos.

En una sartén ponemos la mantequilla y cuando empieza a fundirse añadimos el azúcar. Removemos un poco para que se mezcle bien.

Incorporamos las fresas y, a fuego suave, seguimos removiendo un par de minutos. Espolvoreamos con pimienta negra.

Ahora, agregamos el zumo de naranja y un chorrito de Cointreau. Aguantamos dos o tres minutos más y retiramos del fuego.

Servimos en una copa o plato una bola de helado de mascarpone y le ponemos por encima tres o cuatro cucharadas de fresas

Para el Helado de Mascarpone

Separar las yemas de las claras.

En un bol añadimos las yemas y añadimos el azúcar glas, batir enérgicamente hasta estar cremoso

Incorporamos el mascarpone y la cucharada de azúcar de vainilla e integrar todo bien.

Por último, añadir la nata montada (despacio y con movimientos envolventes) para que no se bajen y pierda el aire que hemos integrado. Congelar removiendo cada 1/2 hora



La mejor formación
está en la calidad

CAUSA LIMEÑA RELLENA

Ingredientes

- 8 patatas amarillas (patata agria)
- 120 ml de pasta de aji amarillo
- Zumo de 6 limones
- 4 cucharadas de aceite vegetal
- 400 gr. de atún en aceite escurrido
- 1 cebolla roja cisele
- 225 gr. mayonesa de lima
- 2 tomates en rodajas
- 4 Huevos duros en rodajas
- 5ud aceituna kalamata
- Perejil picado
- Sal

Elaboración

Poner a hervir las patatas hasta que estén tiernas.

Escurrir y chafar hasta obtener un puré fino y sin grumos.

Pasarlo a un bol y añadir la pasta de aji amarillo, el zumo de limón y aceite. Rectificar y reservar.

En un bol aparte, poner el atún, la cebolla y 175 gr de mayonesa. Remover bien.

Extender la mitad del puré de patata en un molde, cubriendo la base. Por capas, añadir el aguacate, el tomate, el huevo y el atún.

Para terminar, colocar el puré de patata restante. Cubrir con el resto de la mayonesa y decorar con perejil y aceitunas.



La mejor formación
está en la calidad

TONKATSU CON ENSALADA DE COL Y ARROZ BLANCO

Ingredientes

- 4 filetes de 1 dedo de grosor de magra de cerdo
- 2 huevos
- 100 gr. harina
- 200 gr de panko
- ½ col
- 2 cebollas tiernas
- 2 zanahorias
- 200 gr de mayonesa
- 30 de salsa de soja
- ½ c.c. Aceite de sésamo
- 300 gr de arroz bomba

Para la salsa tonkatsu

- 100 g. de ketchup.
- 10 ml. de vinagre de arroz.
- 30 ml. de salsa de soja.
- 20 ml. de salsa inglesa.
- 10 g. de azúcar.
- 1 manzana.
- 1 c.c. de mostaza.
- 1 diente de ajo.

Elaboración

Salpimentar los filetes de magra de cerdo y empanarlos. Primero los pasamos por harina después por huevo batido, los escurrimos bien y acabamos rebozando con panko.

Cortamos la col a juliana finita. Le agregamos cebolla tierna picada, la zanahoria rallada mayonesa, aceite de sésamo y salsa de soja.

Limpiamos el arroz hasta que el agua salga transparente. Lo dejamos hidratar 10 min. Ponemos el arroz en una olla y lo cubrimos con agua. Tapamos la olla con papel de film y cocemos el arroz 3 minutos a fuego fuerte y 15 min a fuego suave.

No destapamos la olla y dejamos reposar el arroz.

Freímos el tonkatsu, lo escurrimos y lo cortamos a tiras. Servimos con una bola de arroz y un poco de ensalada de col.

Salseamos con salsa tonkatsu.

Para la salsa tonkatsu

Poner el ketchup en un bol y verter el vinagre de arroz, la salsa de soja, la salsa inglesa, el azúcar, la mostaza y la manzana triturada. Mezclar hasta que esté todo integrado y salsear los rollitos.



La mejor formación
está en la calidad

GALLETAS CON TE CHAY

Ingredientes

- 100 g de almendra molida
- 300 g de harina
- 180 g de mantequilla
- 1 huevo
- 130 g de azúcar
- 1 cucharada de Leche
- un pellizco de sal.
- Para adornar (opcional): Cerezas confitadas, almendra granillo, fideos de chocolate, chocolate fundido de repostería.

Para el té

- 7 te
- 300 dl. leche
- 1 l agua
- jengibre
- cardamomo
- canela

Elaboración

En un bol ponemos la harina, la almendra, el azúcar y la sal. Mezclamos con un tenedor o unas varillas hasta que se unan los ingredientes.

Agregamos la mantequilla a temperatura ambiente en trozos y vamos desmigándola con la punta de los dedos entre los ingredientes sólidos.

Añadimos el huevo batido y mezclamos, amasando ligeramente hasta formar una masa húmeda pero no pegajosa. Hacemos una bola de masa.

Cortamos la bola a la mitad y extendemos una parte de la masa entre dos papeles de cocina dejando un grosor de 0,5 milímetros.

Envolvemos cada trozo estirado encima de una bandeja y refrigeramos durante media hora. Precalentamos el horno a 160 grados.

Vamos cortando nuestras pastas y decorándolas con fideos de chocolate, cerezas confitadas y almendra granillo según nos guste. Horneamos durante veinte minutos. Si alguna de ellas queréis decorarla con chocolate derretido esperar a que la pasta esté fría.

Para el té

Pelar y rallar un trozo de jengibre.

Hervir 1 l de agua al fuego y cocer el jengibre un par de minutos.

Machacar 8 semillas de cardamomo y añadirlas al agua con una rama de canela. Añadir 3dl de leche y 6 sobres de té.

Calentar hasta que hierva y dejar reposar 6 min. Servir con azúcar moreno o miel.



La mejor formación
está en la calidad

FALAFEL CON SALSA DE SÉSAMO

Ingredientes

- 300 g. de garbanzos secos
- ½ Cebolla cisele
- 2 Dientes de ajo cisele
- Perejil picado
- Cilantro picado
- 1 Cucharada de "tahini"
- 1 o 2 Cucharaditas de comino molido
- La ralladura de un limón
- Menta picada
- ½ Cucharadita de sal
- 1 Pizca de pimienta negra
- 1 Cucharada zumo de limón
- 1 Cucharadita levadura química
- Aceite de oliva

Para la salsa de sésamo

- 1 Cucharada de "tahini"
- 1 yogur griego
- c/s de zumo de limón al gusto
- cebollino picado

Elaboración

La noche de antes, pondremos en remojo los garbanzos en agua fría.

Al día siguiente, lo primero, trituramos los garbanzos con una pizca de sal hasta conseguir una textura granulada, similar a migas gruesas. Colocarlos en un bol y añadir el resto de los ingredientes, excepto el aceite, mezclarlos hasta lograr una textura de migas finas. Comprobar condimentación

Moldearla en bolas y colocarlas en una bandeja tapadas en papel film y enfriar en la nevera unos 30 minutos para que se endurezcan.

Calentar en una sartén una capa de 2 cm de aceite y freírlos por tandas, durante 3 o 4 minutos girándolos de vez en cuando, hasta que queden un tono dorado y crujiente. Dejarlos escurrir encima papel absorbente.

Para la salsa de sésamo

Mezclar los ingredientes en un bol hasta que quede una pasta homogénea, salpimentar al gusto y añadir el cebollino picado.



La mejor formación
está en la calidad

FINANCIER CON MANGO Y FRUTA DE LA PASIÓN

Ingredientes

- 50 gr. de almendra en polvo
- 100 gr. de azúcar
- 40 gr. de harina tamizada
- 60 gr. de claras de huevo
- 50 gr. de mantequilla avellana
- 15 gr. de azúcar invertido o miel
- 23 gr. de pulpa de fruta de la pasión
- 63 gr. de mango natural cortado a daditos

Para el Glaseado:

- 100 gr. de azúcar glace
- 20 gr. de pulpa de fruta de la pasión, un poquito de agua (por si queda demasiado espeso)

Elaboración

Poner la mantequilla en un cazo e ir fundiéndola lentamente hasta coloración avellana (145-150°C), colar y reservar. Encamisar los moldes con mantequilla y harina espolvoreada.

En un bol, mezclar la almendra con el azúcar. Tamizar la harina y añadirla al bol.

Añadir la clara de huevo. Mezclar con lengua. Añadir la pulpa de fruta de la pasión, o fruta fresca, triturada y colada

Añadir la mantequilla avellana.

Añadir el azúcar invertido o la miel. Reposar 1 h. en nevera.

Rellenar los moldes a la 1/2 con manga pastelera. Poner trocitos de mango. Cubrir con más masa

Cocer a 180°C a 190°C si es molde 8 x 3 cm. rectangular , a 210°C si es molde media esfera “mini”. Deben quedar tostaditos en los bordes y más blancos en el centro.

Para el Glaseado:

Es la llamada “glasa muerta”: zumo + azúcar glace

Mezclar el azúcar glace con la pulpa hasta textura deseada.

Bañar los financiers y glasear al horno 90 segundos, a 250°C. Enfriar en rejilla.



La mejor formación
está en la calidad

TEMPURA DE GAMBAS CON FONDO MARINO DE ALGAS Y SORBETE DE SALMOREJO

Ingredientes

Para la tempura

- 125 gr de harina de arroz
- 50 ml de agua
- 50 ml de salsa de soja
- 12 gambas

Para el fondo marino

- 300 ml de agua
- 40 gr de sal
- 1,5 hojas de gelatina
- Zumo de ½ limón
- 80 gr de algas variadas

Para el Sorbete de salmorejo

- 50 gr de azúcar
- 50 gr de glucosa
- 150 gr de glucosa
- 250 ml de agua
- ½ kg de tomate
- ½ cebolla
- 1 diente de ajo
- ½ pimiento verde
- 150 ml de aceite de oliva
- 30 ml de vinagre de jerez
- Sal y pimienta
- Estabilizante según criterio profesional

Elaboración

Para la tempura

Pelar las gambas y reservar en frío hasta pase. Mezclar el agua bien fría con la soja y verter sorbete la harina de arroz. Reservar en frío hasta pase.

Para el fondo marino

Diluir la gelatina con el agua mineral, añadir el zumo de limón y dejar gelatinar. En frío. Hidratar las algas en el agua salada, retirar y picar bien fino. Picar la gelatina y emular con las algas. Reservar en frío.

Para el Sorbete de salmorejo

Calentar el agua con el azúcar, la glucosa y al dextrosa. Incorporar los estabilizantes. Triturar las verduras con el resto de ingredientes, y mezclar ½ litro de preparación con la preparación anterior. Reservar toda la noche y Mantecar al día siguiente.

Montaje

Colocar una base de algas y gelatina
Pasar las gambas por tempura y freír por inmersión 1-2 minutos.
Colocar encima de las algas y acompañar con una bola de sorbete.



La mejor formación
está en la calidad

RAVIOLI DE MAYONESA DE WASABI Y AGUACATE CON MARISCO Y ENSALADA DE MANZANA Y NABO

Ingredientes

Para los raviolis

- *Obleas de arroz*
- *200 gr de gambas*
- *200 gr de mejillones*
- *200 gr de almejas*
- *200 gr de calamar*
- *50 gr de algas*

Para la Mayonesa

- *½ aguacate o 1 aguacate pequeño*
- *50 ml de aceite de oliva*
- *50 ml de aceite de girasol*
- *1 huevo*
- *1 c.s.de zumo de limón*
- *Wasabi al gusto*

Para la Ensalada

- *1 manzana*
- *1 nabo*
- *5 rabanitos*
- *50 ml de aceite*
- *50 ml de vinagre de arroz*
- *50 ml de sake*
- *Sal y pimienta*

Elaboración

Limpiar las gambas y cocer 1 minuto en agua salada. Retirar y cortar en macedonia
Limpiar los calamares y cocer 5 minutos en agua salada. Parar cocción y cortar en macedonia
Abrir los mejillones y las almejas al vapor. Retirar y de las vaina y picar los mejillones.
Mezclar todo el marisco con las algas previamente hidratadas y picadas.
Montar la mayonesa de la manera habitual y mezclar con el marisco. Ajustar de sazón.
Hidratar las obleas de arroz y rellenar. Cerrar en forma de ravioli y reservar en frío hasta aspe.

Para la Ensalada

Pelar el rábano y la manzana y pasar por rallador, añadir el aliño y reservar en frío hasta pase.

Montaje

Colocar una base de ensalada y colocar encima el ravioli.
Regar al pase con aceite de sésamo y decorar con perifollo o perejil rizado.



La mejor formación
está en la calidad

QUESADILLA CON VELO DE ESPECIAS AL RON Y CAMELO DE VINO

Ingredientes

Para la Quesadilla

- ½ l de leche fresca
- 200 gr de queso fresco
- 100 gr de miel
- 50 gr de azúcar
- 4 huevos

Para el Caramelo de vino

- ½ l de vino tinto
- 100 gr de azúcar
- 1 rama de canela

Para el Velo de especias

- ½ litro de agua
- 1 c.c. de esencia de vainilla
- 75 gr de azúcar
- 100 ml de ron
- 1 rama de canela
- 2 piezas de anís estrellado.
- 6 hojas de gelatina

Elaboración

Para la Quesadilla

Llevar a ebullición la leche con la miel y el azúcar.

Retirar del fuego e incorporar el queso.

Batir los huevos evitando exceso de aire e incorporar a la preparación anterior, colocar en molde y cocer a 160 °C al baño maría unos 30 minutos.

Retirar y dejar enfriar.

Para el Caramelo de vino

Colocar todos los ingredientes al fuego y dejar reducir a la mitad. Enfriar

Para el Velo de especias

Tostar las especias al fuego 1 minuto y agregar el resto de componentes salvo la gelatina.

Dejar cocer 10 minutos y agregar la gelatina previamente hidratada.

Estirar en placa una lámina muy fina y dejar enfriar.

Cortar con aro un velo muy fino.

Montaje

Colocar una base de caramelo de vino y disponer una pieza de quesadilla encima

Cubrir con el velo.



La mejor formación
está en la calidad

TIGRES CON GUACAMOLE Y COCTEL DE CAMARON

Ingredientes

- 15 de mejillones
- 2 aguacates
- 1/2 cebolla tierna
- 2 tomates rojos
- Cilantro lima sal tabasco aceite de oliva
- Nachos
- Quicos Mr corn

Para el Coctel de camarón

- 10 langostinos
- ½ l de agua, 1 cebolla, laurel
- 1/2 l de zumo de tomate
- 2 c.s. de salsa de ostras
- Salsa perrins
- Tabasco
- Zumo de 2 limas
- 1 pepino
- 2 ramas de apio tierno
- ½ cebolla morada.

Elaboración

Limpiar los mejillones bajo el agua. Frotarlos con sal marina y escurrirlos bien. Cocerlos en una olla tapada con un poco de laurel y limón.

Cuando empiece a hervir remover y dejar cocer hasta que se abran.

Sacar la concha vacía y colocar la otra en una fuente reservada en frío.

Escaldar los tomates en agua hirviendo 15 segundos para facilitar el pelado. Sumergirlos en agua fría. Sacar las semillas y cortar a daditos bien finos. Picar la cebolla tierna bien fina y juntarla con el tomate. Salpimentar y poner un chorro de lima y tabasco.

Sacar la pulpa de los aguacates. Machacarla con un pie de elefante.

Cuando esté fina le añadimos el tomate y la cebolla aliñada. Rectificamos y guardamos tapado con film a ras de piel.

Picar unos quicos y unos nachos. Para conseguir como un pan de rebozar.

Rellenar los mejillones con guacamole y rebozar los con la picada de quicios y nachos.

Para el Coctel de camarón

Hervir los camarones en agua hirviendo con laurel y cebolla. Cocer 3 min y sumergir los langostinos en agua fría.

Guardar el caldo de cocción.

Preparar el zumo de tomate con la salsa de ostras, el zumo de lima, daditos de pepino y apio salsa perrins, tabasco, sal y pimienta. Servimos bien frío con los langostinos y decoramos con cebolla morada a juliana fina.



La mejor formación
está en la calidad

FILETES DE CABALLA CON BERENJENA Y SÉSAMO

Ingredientes

- 3 caballas
- Jengibre picado
- 3 c.s de sake
- 3 c.s de soja
- 2 huevos
- Panko
- 3 berenjenas
- Cebolleta china o cebollino
- 1 ramillete de cilantro
- 1c.s de sésamo
- 1 c.s de aceite de sésamo
- 2 c.s de salsa de soja
- 2 c.s de tahina
- 1/2 limón
- 1.c.c de azúcar
- 1 gajo de ajo
- Pimienta

Elaboración

Cortar a rodajitas la cebolleta china o el cebollino.

Picar el cilantro y el ajo

Lavar la berenjena y cortar la a trozos grandes. Cocerlos dentro de una vaporera durante 15 min. hasta que estén tiernas.

Tostar el sésamo. Preparar la salsa mezclando todos los ingredientes. Empezando por el zumo de limón y el azúcar, la taina, la salsa de soja, ajo y sal y sésamo.

Filetear y sacar la piel de la caballa. Marinar con el sake, la soja y el jengibre. Pasar por huevo y panko.

Freir antes de servir junto con la berenjena aliñada con el sésamo.



La mejor formación
está en la calidad

TATIN DE PIÑA CON HELADO DE COCO Y JENGIBRE

Ingredientes

- *1 plancha de hojaldre*
- *1 pinya*
- *100 gr. de azúcar moreno*
- *100 gr. de mantequilla*
- *100 gr. de mermelada de albaricoque*

Para el Helado de jengibre

- *300 gr de leche de coco*
- *50 gr de miel*
- *50 gr de procrema Sosa*
- *200 nata líquida*
- *Jengibre rayado*

Elaboración

Untar con la mitad de la mantequilla un molde de tarta rectangular. Espolvorear con azúcar. Cortar a dados de 2 cm la piña y mezclarlos con la mermelada de albaricoque antes de colocarlos en el molde. Espolvorear el resto de azúcar y repartir la mantequilla uniformemente. Poner la bandeja al horno 10 min. a 180 a.C. para caramelizar los plátanos.

Extender la plancha de hojaldre a 3 mm. de grosor. Pincharla con un tenedor y colocar sobre los plátanos, recortando la masa sobrante. Cocer al horno 20 min. a 200gr. hasta que la masa quede dorada. Dar la vuelta a la tarta antes de servir con una bola de helado.

Para el Helado de jengibre

Pondremos la leche a infundonar con el jengibre, el azúcar y la miel.

En cuanto hierva colamos. Enfriamos al abatidor y mezclamos con la nata y el procrema.

Pasamos por la heladora.



La mejor formación
está en la calidad

CEVICHE PERUANO CON AGUACATE, CEBOLLA ROJA Y BONIATO

Ingredientes

- 400 g de mero limpio
- 2 boniatos
- 1 cebolla morada
- 1 aguacate
- 2 guindilla
- 6 limas
- aceite de oliva
- sal
- cilantro

Elaboración

Limpiamos los boniatos los cortamos en dados y los cocemos con agua y sal durante 30 minutos aproximadamente. Corta la cebolla en juliana fina. Trocea la guindilla. Corta el aguacate en medias lunas. Reserva todo por separado. Haz zumo con las limas.

Retira la piel del pescado y córtalo en dados de bocado. Introdúcelos en un bol con hielos y deja que reposen unos minutos. Escúrrelos y los colocamos en un bol con el zumo de lima y dejamos que se marinen brevemente. Emplatar a tu gusto el boniato, el pescado, el aguacate, la cebolla y la guindilla. Mezcla un poco de jugo de lima con un chorro de aceite de oliva y viértelo sobre el ceviche.



La mejor formación
está en la calidad

MUSLOS DE POLLO KORMA CON LECHE DE COCO

Ingredientes

- *4 muslos de pollo deshuesados sil piel*
- *2 cebolla roja*
- *Pasta korma*
- *1 lata de leche de coco sin azúcar*
- *1 pizca de almendras fileteadas*
- *1 yogurt natural cremoso*
- *Zumo de limón*
- *Aceite de oliva y mantequilla*
- *Agua o caldo de ave*
- *Sal y pimienta*
- *Arroz blanco basmati*

Elaboración

Deshuesamos el pollo y quitamos piel y grasa.

Doramos en aceite mas mantequilla, salpimentado, añadimos la cebolla roja cortada en juliana y rehogamos.

Añadimos la pasta korma, las almendras laminadas, la leche de coco, un poco de agua o caldo, rectificamos de sal y guisamos a fuego suave 10 minutos.

Añadimos limón y yogurt y servimos con arroz basmati



La mejor formación
está en la calidad

CREMA DE COCO CON PLATANO FLAMBE

Ingredientes

Para la crema de coco

- 400 ml l de leche d coco
- 200 ml. De leche condensada
- Zumo de ½ limón
- 40 gr Ralladura de coco
- 1 cáscara de limón
- 4 yemas de huevo
- 4 láminas de gelatina

Para la Banana flambe

- 4 plátanos maduros
- 4 c.s.de azúcar moreno
- 50 ml de ron
- 25 gr de mantequilla
- Ralladura de limón

Elaboración

Para la crema de coco

Remoja las láminas de coco en agua fría

Colocaremos la crema de leche y la leche de coco en una olla y llevaremos a ebullición con la piel de limón. Disolveremos las hojas de gelatina.

Batiremos las yemas de huevo aparte hasta que espumen e incorporamos poco a poco la crema sobre las yemas.

Agregaremos el zumo de limón y el coco rallado. Colocamos en la copa o plato de servicio.

Para la Banana flambe

Pelaremos los plátanos y los cortamos en trozos. Calentaremos la mantequilla en una sartén y salteamos los plátanos. Espolvoreamos el azúcar a final de cocción y mantenemos hasta que funda. Cuando estén blandos añadimos el ron y quemamos.

Montaje

Colocamos los plátanos calientes sobre la crema fría



La mejor formación
está en la calidad

SOPA DE MISO ROJO CON TARTAR DE SEPIA Y GAMBAS

Ingredientes

- *½ l de agua*
- *10 gr de alga wakame*
- *10 gr de bonito seco*
- *30 gr de miso rojo*
- *2 cebollas tiernas*

Para el tartar

- *4 gambas*
- *1 sepia pequeña*
- *2 c.s de semillas de sésamo*
- *1 dl de agua*
- *2 c.s de Dashi*
- *1 c.s de miso rojo*
- *2 c.s de salsa de soja*
- *1 c.s de aceite de sésamo*
- *2 c.s de aceite de girasol*

Elaboración

Limpiar las algas e hidratar en el agua unos 20 minutos.
Llevar a ebullición y retirar las algas
Dejar que reduzca un poco la temperatura y agregar los copos de bonito.
Llevar a ebullición, mantener 1 minuto y colar.
Diluir el miso y agregar la cebolleta tierna picada en ciselée.
Ajustar de sazón.

Para el tartar

Tostamos las semillas de sésamo en una paella durante 5 min.
Para el tartar ponemos el agua en un vaso de triturar. Añadimos el Dashi, la pasta de miso la salsa de soja, el aceite de sésamo y el aceite de girasol. Trituramos con el minipimer.
Limpiamos las gambas y retiramos la tripa. Troceamos y colocamos en un bol.
Limpiamos la sepia cortamos pequeña y juntamos con las gambas y cubrimos con la vinagreta.
Reservar en frío unas 2 horas.

Montaje

Montamos un plato con un lecho de tartar y algas wakame picadas si se desea.
Añadir la sopa miso bien caliente



La mejor formación
está en la calidad

ROLLITOS DE SALMÓN EN PANKO

Ingredientes

- *láminas de alga nori*
- *400 g de salmón limpio sin piel ni espinas*
- *3 cucharadas de queso crema*
- *1 Aguacate*
- *cebollino picado*
- *palitos de carne de cangrejo o surimi*
- *1 cucharadita de semillas de sésamo*
- *Aceite de girasol*

Para el rebozado

- *8 cucharadas de harina*
- *panko o pan rallado japonés*
- *1 huevo batido*
- *Agua fría si procede*

Para la salsa

- *25 g de azúcar*
- *25 g. de salsa mirin*
- *25 g. de salsa de soja*
- *25 g. de sake*
- *25 g. de zumo de naranja*
- *ralladura de naranja*

Otros

- *cebollino*
- *huevas de pescado tipo caviar*

Elaboración

Comenzamos cortando la lámina de alga nori en tres partes iguales. Pelamos y cortamos el aguacate en tiras. Reservamos. A continuación, cortamos 6 lonchas de salmón en tiras iguales.

Para formar el rollito, disponemos una tira de alga nori de forma vertical en la tabla y una loncha de salmón de forma horizontal en la parte inferior del alga dejando un espacio de dos dedos aproximadamente. Encima del salmón añadimos una tira de aguacate y un palito de cangrejo o surimi, queso crema y un poco de cebollino. A continuación, juntamos otra lámina de salmón, mojamos el borde superior del alga nori con agua y enrollamos de abajo hacia arriba. Obtendremos un rollito.

Repetimos el proceso con el resto.

Preparamos una masa de rebozado con la harina, el huevo y un poco de agua fría hasta obtener una textura parecida a la masa de tempura. Rebozamos nuestros rollitos de salmón, y después los pasamos por el panko.

Colocamos una sartén con aceite de girasol y freímos a fuego fuerte durante unos segundos sin que el salmón se cocine en exceso. Escurrimos en un plato con papel de cocina.

Prepararemos la salsa poniendo todos los ingredientes en un cazo, removemos bien y calentamos a fuego bajo hasta que el azúcar se haya disuelto y la salsa reduzca un poco.

Cortamos cada rollito en tres, los disponemos en un plato y los acompañamos de la salsa y los decoramos con un poco de caviar y una tira de cebollino.



La mejor formación
está en la calidad

MOCHI DE CHOCOLATE Y NUECES

Ingredientes

- 50 g. de harina de arroz.
- 150 ml. de agua.
- Maicena.
- 150 ml. de nata.
- 200 g. de chocolate.
- 30 g. de nueces

Elaboración

Trocear el chocolate y reservarlo.

Llevar la nata a ebullición y verterla sobre el chocolate. Mezclar para que el chocolate se funda e incorporar las nueces troceadas. Tapar con papel film y reservar en nevera para que endurezca.

En un cazo, poner la harina de arroz, el agua y el azúcar. Calentar a fuego lento mientras se remueve hasta que quede una masa pegajosa y compacta. Verter la masa sobre el mármol espolvoreado con maicena y dejar que atempere.

Porcionar la masa y aplastarla un poco con la mano.

Rellenar el centro con la crema de chocolate y cerrar para que quede una bola



La mejor formación
está en la calidad

COCA DE OLIVAS NEGRAS TARTAR DE ATUN CON GERMINADOS CON MERMELADA DE GIN TONIC Y CITRICOS

Ingredientes

Para la coca

- *Dos laminas de masa de hojaldre*
- *Un pote de aceitunas negras sin hueso*

Para el tartar de atún

- *0'5 kg. de bonito cortado a cuchillo en dados pequeños*
- *1 aguacate maduro picado en dados*
- *1 chalota picada, lavada en agua y escurrida*
- *Perejil picado*
- *2 c.s de mostaza*
- *2 c.s de salsa de soja*
- *2 c. s de aceite de oliva virgen*
- *1 c.s de zumo de lima*
- *1 pizca de jengibre rallado*
- *Sal y pimienta recién molida*
- *Tabasco*

Para la mermelada gin tonic:

- *275 ml.de Tónica*
- *125 ml. de ginebra*
- *100 ml. de agua mineral*
- *100 gramos de azúcar blanca*
- *Ralladura de Lima y limón*
- *Bayas de enebro*
- *5 hojas de gelatina*

Otros:

- *Una bolsa de germinados*

Elaboración

Para la coca

Picar las aceitunas negras. Escurrirlas y secarlas bien. Disponer una lamina de masa de hojaldre encima papel de horno, esparcir las aceituna sin que lleguen al borde. Pintar los bordes de la masa con agua y tapar con la otre alimna de hojaldre, presionando ligeramente. Enfriar. cortar rectángulos pequeños de 5cm de largo por 3 cm de ancho, disponerlos encima una bandeja con papel de horno, pintarlos con huevo batido con una pizca sal, y cocerlos con peso unos 10 minutos, quitar peso y continuar cocción unos 5 minutos más o hasta que estén dorados.

Para la mermelada gin tonic:

Sumergir en agua bien fría las hojas de gelatina para su hidratación y ponerlas en nevera.

A continuación, calentar el agua y el azúcar hasta que el azúcar se haya disuelto por completo. Añadir a esta mezcla y fuera del fuego, las hojas de gelatina escurrida y secadas y el gin tonic. Mover y homogenizar la mezcla.

Finalmente, añadir las ralladuras de lima y limón. Distribuir la mermelada en recipientes de cristal con unas bayas de enebro y dejar cuajar aproximadamente unas ocho horas en la nevera.

Realizaremos el tartar colocando el atún picado en un bol y salpimentarlo generosamente.

Añadirle el resto de ingredientes, mezclar. Rectificar de sazón y reservar en frio.

Acabados:

Encima del hojaldre distribuir el tartar de atún, mermelada de gin tonic y acabaremos con brotes de germinados, con ralladura de lima.



La mejor formación
está en la calidad

BACALAO FRESCO REBOZADO EN PANKO CON SALSA DE MIEL PICANTE

Ingredientes

- 300 g. de bacalao fresco
- Panko
- rucula

Para la tempura:

- 1 yema de huevo
- 50 g de harina
- 50 g de panko
- 5 g de fécula de patata
- Agua fría
- Ralladura de naranja

Para la salsa de miel

- 30 g de puerro
- 30 g de pimienta roja
- 30 g de pimienta verde
- 3 cucharadas de miel
- ½ Chili rojo fresco
- 1 cucharada de salsa de soja
- 1 cucharada de vinagre de arroz
- 1 Naranja
- 10 g de semillas de sésamo
- 1 cucharadita de cebollino picado

Elaboración

Limpiamos las espinas y la piel del bacalao, lo cortamos en bastones de 2 cm de ancho por 4 cm de largo aproximadamente. Reservamos.

Preparamos una base de tempura con la harina, la fécula, la yema de huevo y la ralladura de naranja y sal. Vamos incorporando agua fría hasta obtener una masa de tempura. Rebozamos el pescado en la masa y después lo pasamos por el panko. Una vez rebozado lo pasamos por panko y lo freímos con abundante aceite de girasol, escurrimos sobre papel absorbente y reservamos.

Para la salsa de miel

Cortamos las verduras en juliana y al chili le quitamos las pepitas y las rehogamos en una sauter con un poco de aceite de oliva. Una vez que estén rehogadas, añadimos la miel, el vinagre, la salsa de soja y lo mezclamos. Mojamos con el zumo de media naranja y reducimos la salsa.

Servimos en un plato el bacalao rebozado acompañado con la salsa en un cuenco. Decoramos con rucula, el cebollino picado y las semillas de sésamo.



La mejor formación
está en la calidad

PANNACOTTA DE CHOCOLATE CON MERMELADA DE FRESAS Y STREUSEL DE CACAO

Ingredientes

- 2 hojas y media de gelatina
- 500 ml de nata
- 30 gr de azúcar
- 100 gr. de chocolate negro

Para la mermelada de fresas

- 250 g. de frutos de fresas
- 200 g. de azúcar
- 60 g. de zumo de limón

Para el streusel de cacao

- 50 g. de mantequilla
- 50 g. de harina floja
- 50 g. de azúcar
- 10 g. de cacao en polvo

Elaboración

Troceamos el chocolate con un cuchillo y lo reservamos. En un cazo ponemos la nata, el azúcar y el chocolate, lo vamos calentando a fuego medio, sin dejar de mover hasta que el chocolate quede fundido y llegue a ebullición.

En este momento, lo apartamos del fuego y le añadimos la gelatina, previamente hidratada. Lo vertemos en la copa, vaso o terrina, encima de la mermelada. Enfriamos.

Haremos la mermelada de fresas cocinando las fresas con el azúcar, hasta que empiece a espesar, añadir el zumo de limón y hervir unos minutos más. Colocar la mermelada en el fondo de un vaso, copa o terrina.

Arenar los secos del streusel con la mantequilla muy fría, cocer a 170 ° C. 15 minutos.



La mejor formación
está en la calidad

ESPIRALES DE LENTEJAS ROJAS AL CURRY

Ingredientes

- 2 Cebollas
- 2 Zanahorias
- 1 pimiento morrón
- Aceite de oliva
- 400 g espirales de lentejas rojas
- 150 g de carne de cerdo picada
- Sal y pimienta (al gusto)
- Orégano
- 2 cucharadas de curry
- 1/2 cayena

Elaboración

En una cazuela con 1 litro de agua por cada 100g de pasta, sal y aceite cocemos las espirales 10 minutos enfriamos y reservamos

Pelamos los dientes de ajo y los fileteamos finamente. Reservamos

Picamos las cebollas en juliana. Añadimos aceite a la cazuela y sofreímos los ajos y cuando estén dorados, echamos la cebolla y la cocinamos a fuego lento, hasta que tenga color. Serían unos 10 minutos.

Troceamos las zanahorias y el pimiento en trozos pequeños (para que se haga antes). Introducimos en la cazuela y dejamos que se pase bien.

Salpimentamos la carne de cerdo al gusto y lo echamos a la cazuela con la verdura. Dejamos rehogando unos 5 minutos

Espolvoreamos todo con 2 cucharadas generosas de curry y un poco de cayena Removemos y reservamos

Echamos un poco de agua (1/4 de un vaso de agua) y rectificamos sal y pimienta.

Removemos todo con suavidad y dejamos en cocción durante 5 minutos más.



La mejor formación
está en la calidad

GAI PING (BROCHETAS DE POLLO THAIANDESAS)

Ingredientes

- 450 g de pollo
- 1 cebolla
- 1 guindilla roja (bicho)
- 2 cucharadas de curry
- 1 cucharadita de azúcar
- 1 cucharadita de cilantro molido
- 1 cucharadita de comino molido
- 1 clara de huevo

Elaboración

En un cuenco mezclamos, la carne picada, la cebolla, la guindilla, el curry y el azúcar mezclamos bien, una vez bien mezclado añadimos el cilantro, comino y la clara de huevo hasta conseguir una pasta, moldeamos con unas cucharas una canelle pinchamos en la brocheta y la asamos en una plancha o parrilla decoramos con núcula



La mejor formación
está en la calidad

FLAÓ

Ingredientes

Para la Masa

- 150 gr. de manteca de cerdo
- 75 gr. de agua
- 3 c.s. de anises
- 250 gr. de harina de trigo
- 75 gr. de maizena

Para el Relleno

- 300 gr. de requesón
- 3 huevos
- 100 gr. de azúcar
- manojo de menta fresca

Elaboración

Para la Masa

Disolver la manteca de cerdo con el agua y el anís.

Una vez obtenida una mezcla homogénea, agregar la sal y las harinas, todo a la vez. Trabajar hasta obtener una masa homogénea y algo dura. Estirar hasta que tenga un grosor de unos 3 a 5 mm.

Forrar un molde encamisado con la masa.

Para el Relleno

Triturar todos los ingredientes hasta conseguir una crema de consistencia líquida.

La menta se puede triturar o poner picada.

Rellenar el molde con la mezcla de requesón y hornear a unos 180° unos 30 minutos.

Dejar enfriar, espolvorear con azúcar lustre