

BISQUE DE LANGOSTINOS

INGREDIENTES

Las cabezas de 2 kilos de langostinos
300 cc de vino blanco seco
100 cc de coñac
2 litros de caldo de pescado
75 g de mantequilla
150 cc de aceite de maíz
150 g de puré de tomates
250 cc de nata líquida
300 g de zanahorias
300 g de cebollas
150 g de apio
2 ramitas de tomillo,
1 hoja de laurel
sal y pimienta
1 diente de ajo pelado
75 g de harina

ELABORACION:

Cortar las zanahorias, cebollas y apio en trozos pequeños.

En un bol dejar ablandar la mantequilla y mezclarla con la harina, esto se llama "beurre manié".

En una cacerola grande poner el aceite a calentar a fuego vivo. Cuando el aceite esté bien caliente introducir las cabezas de los langostinos y dejarlas freír durante 5 ó 6 minutos. Remover de vez en cuando.

Añadir entonces las legumbres, así como el tomillo, laurel y diente de ajo. Mezclar bien. Dejar freír durante dos minutos, añadir el puré de tomate, mezclar.

Añadir el coñac y flamearlo e introducir entonces el vino y el caldo de pescado. Añadir un poco de sal y pimienta ; llevar a ebullición.

Reducir el fuego y cocer suavemente durante hora y media con la cacerola tapada.

Pasar este bisque por el chino o pasapurés haciendo presión sobre las carcasas de las cabezas de los langostinos para extraerles todo su jugo.

Volver a introducir el bisque en la cacerola y ponerlo de nuevo a hervir. Mezclar a conciencia con un batidor de mano la mantequilla manejada, dejar cocer por espacio de diez minutos y pasarlo entonces de nuevo por el pasapurés, pero utilizando el filtro más fino posible.

Justo antes de ir a servir introducir la nata líquida sin que llegue a hervir y rectificar, caso de que sea necesario, de sal y pimienta.

BRAZO DE PURÉ DE PATATA

INGREDIENTES

- 1 kg. de patatas cocidas o al vapor (recien hechas, calientes)
- 50 grs. de mantequilla
- 50 grs. de leche
- sal

eLABORACION:

1).- Poner la mariposa en las cuchillas y echar en el Vaso la mantequilla + la leche + la sal y programar 2 min. / 100° / veloc. 1

2).- Incorporar las patatas en trozos pequeños y volver a programar 2 min. / velocidad 3

Ingredientes brazo: Un poco al gusto, por ejemplo: ensaladilla rusa (sin patata) marisco , etc.

Receta tomada de Foro MundoRecetas.com

BRAZO DE PURÉ DE PATATAS CON PALITOS Y GAMBAS

INGREDIENTES

- Lechuga
- Mayonesa
- Palitos
- gambas congeladas (cocidas al vapor)
- zanahorias

eLABORACION:

- 1.- Poner en el Vaso lechuga limpia y bien seca y un poco de mayonesa. Picar unos segundos al 3 y 1/2. Sacar y vaciar para un bol,
- 2.- Sin lavar el Vaso, echar los palitos y picar al 3 y 1/2. Vaciar encima de la lechuga. Añadir al bol las gambas ya cocidas. Echar mayonesa al gusto.
- 3.- Preparamos un plástico o una bolsa limpia y abierta de forma rectangular. La humedecemos y sacudimos.
- 4.- Colocamos encima el puré y le damos forma rectangular.
- 5.- Echamos el contenido del bol y lo esparcimos.
- 6.- Enrollar ayudando con él plástico. Con cuidado lo traspasaremos a una fuente de servir.
- 7.- Lo cobrimos de mayonesa.

*Para acompañarlo, rayamos zanahoria y pondremos por los bordes del brazo hojas de lechuga y encima una buena cucharada de zanahoria rallada.

*Para decorarlo, al gusto: aceitunas negras, pimiento morrón, etc.

Receta tomada de Foro MundoRecetas.com

Budín de brécol y queso

300 g de brécol, un huevo, un quesito desnatado, una cucharada de leche en polvo desnatada, una cucharadita de aceite, sal.

Cocer el brécol. Escurrirlo y pasarlo por la batidora con el huevo, la leche, el queso y el aceite. Se vierte el puré obtenido en una flanera antiadherente y se cuece al baño maría en el horno hasta que este cuajado.

CALDO CORTO PARA PESCADOS

INGREDIENTES

Para 1kg de pescado

- 1/2 cebolla pelada, 1 zanahoria grande, en rodajas
- un vaso de vino blanco
- el zumo de 1/2 limón
- una hoja de laurel

eLABORACION:

Se cuecen todos los ingredientes juntos en abundante agua fría. Se dejan hervir unos 10 minutos y se retiran del fuego, dejando que se enfrien.

Cuando se vaya a utilizar, se pone el pescado en el recipiente que contiene el caldo y se pone este a fuego medio, bien tapado.

Si el pescado que se pretende cocer es plano, como el lenguado, se espera hasta que el agua hierva a borbotones, se apaga el fuego y se deja dentro del agua unos 5 minutos más. Si el pescado acocer es ancho, como la merluza, cuando rompa a hervir se baja el fuego y se deja cocer despacio unos minutos más. Cuando está se saca y se deja escurrir en rejilla encima del recipiente para que se enfrie muy lentamente

Receta tomada de Simone Ortega

Caldo de pollo:

INGREDIENTES:

1 puerro, 1 patata, 1 zanahoria, 1 tomate, 1 trozo de cebolla, pollo(muslo, contramuslo o pechuga), 1 hueso de jamón, 1 hueso de ternera pequeño, avecrem o sal y agua.

- Poner las verduras un poco troceadas en el vaso de la Th, junto al Avecrem o sal.
- Introducir el cestillo con el pollo y los huesos.
- Llenar el vaso con 1,5 l de agua y poner 30 minutos a 100°C y vel. 1.
- Colar el caldo resultante (podemos cocer unos fideos en él y añadir el pollo picadito).

CARDO CON SALSA DE ALMENDRAS

INGREDIENTES

Una mata de cardo
30 gr. de mantequilla
30 gr. de harina
3 dl del agua de cocción del cardo
2 dl de nata líquida
Almendras
Limón

eLABORACION:

Limpiar el cardo y frotarlo con limón para que no ennegrezca, cortarlos en trozos. Cocerlo en agua con sal en la que se ha disuelto un poco de harina. Una vez tierno, retirar el cardo y reservar en una fuente.

Poner una sartén al fuego derretir la mantequilla, añadir la harina, remover bien y luego incorporar el agua de cocción de los cardos y la nata dejamos que espese un poquito y por ultimo añadir la almendra molida y salpimentar.

En el momento de servir, cubrir los cardos con la salsa y adornar la fuente con almendras fileteadas y perejil picado.

Receta tomada de portaldesevilla.com

CARDOS A LA ARAGONESA

INGREDIENTES

1 1/2k de pencas de cardo
3 cucharasdas de almendras picadas
2 dientes de ajo
perejil
pimienta molida
aceite y sal
harina
1/4 caldo de cocerlosó similar

eLABORACION:

Lavar bien y cortar los trozos de unos 2 cm

En una cazuela con agua hirviendo y con sal cocer lo scardos hasta que esten tiernos.

Sufreir los dientes de ajo y el perejilspolvorear con la harina yseguido hechar el caldo .Dejar hervir un poquito y añadir los cardos escurridos y esparar que la salsa merme .Machacar las almendras y con un poco de caldo se forma una ligera pasta que se agregara al cardo ,salpimentar y a los 5 minutos retirar del fuego.

Receta tomada de Foro MundoRecetas.com

Cocido:

La noche antes dejar a remojo los garbanzos (2 puñados por persona) cubiertos de agua y sal (generosa)

En la olla: Cuatro dedos de agua, cuando comienza a calentarse (no hirviendo) se echan los garbanzos, 1 patata, la carne. Si se echan chorizos hay q hervirlos antes y a parte (unos 15 mín.), una pastilla de avecrem, y un chorrito de aceite.

A medio fuego, retirar la espuma q va saliendo, y cuando deja de salir y empieza a hervir, se tapa la olla, se sube el fuego, y cuando la válvula empieza a dar vueltas se baja el fuego casi al mínimo, y se deja 30 minutos (sigue girando la válvula, sino se sube el fuego hasta q lo haga) Después se deja reposar hasta q la válvula se pare(un poco más) se abre la tapa y a fuego fuerte se le da un hervor unos 10 minutos hasta q espese el caldo.

Fideos: Un poco de agua en una cazuela hasta q hierva, se echan los fideos y cuando vuelva a hervir se le añade el caldo de la olla y se deja hasta q se hagan los fideos.

Crema de Almendras

Dificultad: Media

Plato: Primero

Ingredientes:

- _1 litro de caldo suave
- _1 cebolla pequeña
- _1 puerro
- _1 rama de apio
- _60 gr. de almendras
- _1 cucharada de fécula de patata
- _100 ml. de nata líquida
- _Una pizca de nuez moscada
- _1 paquete de bolas de mazapán
- _Perifollo
- _60 gr. de mantequilla
- _Sal y Pimienta

Preparación:

- Verter el caldo en una cazuela, añadir las almendras picadas a trozos grandes. Llevar a ebullición y dejar cocer durante 10 minutos.
- Pelar y cortar la cebolla, el puerro y el apio. Sofreírlo en una cazuela con la mantequilla, a fuego lento. Después de 5 minutos, agregar el caldo de almendras. Salpimentar y dejar cocer 30 minutos.
- Desleír la fécula en un poco de caldo y añadirlo a la crema obtenida. Mezclar bien y después de unos minutos, batirlo con la batidora eléctrica. Volver a poner la crema al fuego, añadir la nata, una pizca de nuez moscada y unas hojitas de perifollo. Retirar del fuego y servir con el mazapán aparte.

Crema de cangrejos y gambas con perfume de menta

Ingredientes:

- 4 gambas,
- 3 cangrejos,
- 2 zanahorias,
- 3 cebollas,
- 2 patatas,
- 3 tomates maduros,
- 1 rama de apio,
- 1 chorro de brandy,
- 1 hoja de menta fresca,
- harina,
- mantequilla,
- aceite de oliva,
- sal,
- pimienta.

Elaboración:

Se cortan todas las hortalizas en láminas y se rehogan en una cazuela con un chorrito de aceite hasta que se doren. Cuando estén rehogadas, añadimos los mariscos, es decir, las gambas y los cangrejos, machacados con mortero. Después, añadimos el brandy a la mezcla, pero lo flambearemos para que se evapore el alcohol. Añadimos la menta a la mezcla y tras 5 minutos más de rehogado la harina, para que la crema ligue. Mojamos todo con fumet de pescado o, en su defecto, con agua y lo dejamos cocer un mínimo de 45 minutos. En cuanto la crema reduzca, la trituramos con una batidora y, después, con un colador chino. Si la crema resulta sosa o parece que le falta algo, entonces le añadimos sal y pimienta.

CREMA DE JENGIBRE

Ingredientes

Nata

Azúcar

Yemas

Jengibre fresco

Hoja de gelatina

300 g

30 g

3 u

50 g

1 u

Proceso

Infusionar la nata con el jengibre roto y a partir de ahí elaborar una crema inglesa, antes de que se enfríe incorporar la hoja de gelatina previamente hidratada. Colar la mezcla y dejar enfriar. Guardar en un biberón cuando coja densidad.

CUS-CUS (BA)

INGREDIENTES

- 1 Kg. de carne de cordero troceada •2 cebollas picadas •2 Tomates •2 Nabos
- 2 Zanahorias •150 Grs. de judías verdes •3 calabacines •Aceite, Sal
- Pimienta •Pimentón •Azafrán •Cominos •Pasas

PREPARACION

Poner la carne en una olla. Añadir las cebollas picadas, las zanahorias y nabos troceados, el aceite y una cucharadita de todas las especias. Cubrirlo con agua y cocerlo lentamente durante una hora. Poner el Cus-Cus en un colador que ajuste con la olla y hacerlo cocer durante una hora. Incorporar el guiso las pasas, judías verdes, calabacines y tomates troceados. Sacar el Cus-Cus a una fuente grande y colocar encima el guiso de cordero.

- El gazpacho Manchego (AV)

Ingredientes:

10 tomates maduros medianos o unos 2.5 k.g
2 pepinos
1 cebolla pequeña
1 pimiento verde
1 pimiento rojo
1 diente de ajo pequeño.(opcional dependiendo de la cebolla)
Sal, vinagre, aceite, pan y agua.
Instrumentos de cocina.
2 bols (preferiblemente de acero) uno grande para 7l. y uno pequeño 1l.
1 una batidora
1 cacillo o cuchara sopera
1 colador o un chino con su mano.
1 tabla de madera, cuchillo de sierra y puntilla.

Preparación: coge media barra de pan duro y rompela en el bol pequeño y le echas tres buenos chorros de vinagre (no uses de Jerez en esta receta) dos cucharadas grandes de aceite, sal (un par de cucharaditas) y un cuarto de litro de agua. Dejas que el pan se ablande.

Troceas los tomates con el cuchillo de sierra o de cortar el pan. Cada tomate en cuatro. pela los pepinos con la puntilla quitándole los extremos que ya sabes que amargan y trocealos en cuatro tambien.Los pimientos tambien cortalos despues de limpiarle las semillas. La cebolla partela de la siguiente manera y veras que facil es de pelar: Cortas los dos extremos y haces un corte por la mitad y le quitas la piel junto con la primera capa. Troceala.

Todo esto lo trituras en el bol grande con la batidora por tandas: tomates, pepino cebolla, el pan con el vinagre y aceite llevando cuidado de no mancharte porque salpica bastante. Si ves que esta muy espeso añadele agua prudentemente.

Despues de triturarlo pasalo por un colador grande a la fuente donde vayas a servirlo. Conforme vayas pasando lo triturado al colador, con el cacillo te ayudas a que filtre dando vueltas circulares alrededor de la rejilla. Cada dos pasadas limpia el colador de las pieles acumuladas.

Una vez que hayas filtrado el gazpacho dale un toque con la batidora(limpia de pieles) para homogeneizarlo. Pruebalo de sal y vinagre y rectifica si es preciso.

Si vas a tomarlo inmediatamente admite cubitos de hielo. De otra manera es mejor enfriarlo unas horas.

Hay quien pone como guarnición a esta estupenda sopa fria dados o "mirepoix" de sus ingredientes en crudo con pan frito.

FIDEOS A LA MARINERA

Categoría: plato principal

Ingredientes

INGREDIENTES:

- 200G DE FIDEOS SECOS LARGOS C/AGREGADO DE FIBRAS
- 1 LATA DE ATUN AL NATURAL
- 1 CDA. DE ACEITE DE OLIVA
- 1 CEBOLLA PICADA
- PEREJIL FRESCO PICADO
- SAL Y PIMIENTA

COLOCAR 2 LITROS DE AGUA A HERVIR, UNA VEZ QUE ENTRE EN EBULLICION VERTER LOS FIDEOS Y CONTINUAR LA COCCION HASTA QUE ESTEN TIERNOS. LUEGO COLARLOS Y ENJUAGARLOS CON AGUA FRIA. MEZCLARLOS CON EL ATUN Y LA CEBOLLA, CONDIMENTAR CON EL ACEITE, PEREJIL, SAL Y PIMIENTA. SERVIR TIBIOS O FRIOS.

Procedimiento

Otros

Información para servir

- Comensales: 4
- Grasas: g
- Calorías: 250

Fideos con especias

Categoría: Plato Principal

Ingredientes

• Cebolla, 1 • Ají morrón rojo, 1 • Ají morrón verde, 1 • Zanahoria, 1
• Queso blanco descremado, 100 g • Fideos crudos, 200 g. • Puerro (poro), 50 g. • Tomates, 2 • Cebollines, 1 atado. • Caldo, cantidad necesaria • Sal, pimienta, curry y orégano, a gusto.

Procedimiento

Primero cocinar la cebolla, los puerros (poros), los ajíes y la zanahoria cortados en trocitos con el tomate en dados pequeños. Agregar el caldo y los condimentos. Aparte, cocinar los fideos en agua con sal y colarlos. Mezclar el queso con el cebollín picado, condimentar y mezclar con la salsa anterior. Servir sobre los fideos calientes.

Otros

Origen:ELSitio.com

Información para servir

- Comensales: 4
- Grasas: g
- Calorías:

Gazpacho Anamar

Categoría: Sopas

Ingredientes

Gazpacho AnaMar

Ingredientes

2 Tazas de Jugo de 8 verduras, o Clamato o Jugo de Tomate
1 Pepino
1/2 cebolla
1 Aguacate
1 Pimiento Morron verde, rojo o amarillo (o si quieres de los 3)
2 Varitas de apio limpias de fibras
Un chorrito de vinagre
Un chorrito de aceite de oliva extra virgen
sal de mar
pimienta blanca

Procedimiento

En una soper, vacia el Jugo que hayas conseguido, no te preocupes con el que sea sale deliciosa esta fresquísima sopa. Pela el pepino partelo por mitad a lo largo y con una cuchara sacale las semillas y descártalas. Pica el pepino de tal manera que te queden cubitos de menos de un centímetro. Haz lo mismo con el pimiento. Pica la cebolla muy finamente al igual que el apio. Parte el aguacate por mitad, pon la mitad que tiene el hueso en tu mano, cuidando de poner un trapo entre tu mano y el aguacate para no lastimarte, con la parte mas gruesa del filo, casi llegando al mango, del cuchillo dale un golpe al hueso, el cual quedara en el cuchillo; para retirarlo solo tomalo con el trapo y con cuidado sacalo del cuchillo. Ahora tienes dos mitades de aguacate con todo y cascara, con cuidado y sin cortar la cascara del aguacate haz cortes verticales y horizontales en la carne de la fruta para obtener cubitos del mismo tamaño que los de pepino y pimiento, con una cuchara de comer desprendelos de la cascara. Agrega todas tus verduras al jugo y prueba. Sazona con un chorrito de aceite de oliva extravirgen, si no tienes usa el normal, pero el extravirgen le da un sabor muy rico. Tambien agrega un poco de vinagre del que a ti te guste. Sal y pimienta blanca al gusto. Esta "sopa" la preparo principalmente en verano, es muy fresca, deliciosa, saludable y original.

Otros

Información para servir

- Comensales: 4
- Grasas: g
- Calorías:

GAZPACHO

Rebuscando cosas sobre el gazpacho, he encontrado en el libro "La cocina andaluza" de Miguel Salcedo Hierro, este delicioso soneto que no me resisto a transcribiros :

*Se machacan de un ajo cuatro dientes
con sal, miga de pan, huevo y tomate,
y en aceite de oliva bien se bate
majando con los ritmos convenientes.*

*Se junta el agua con los ingredientes
para que, así, la masa se dilate
y se echan al conjunto, por remate,
chorrillos de vinagre intermitente.*

*Cuando quede diluída bien la pasta,
afíle el colador su noble casta
y, para guarnecer plato tan fino,*

*démosle ya su peculiar acento,
echándole trocitos de pimiento,
de cebolla, de pan y de pepino.*

20- Gazpacho por Cristina Macía, a ver si te gusta (AT)

INGREDIENTES:

300 gr. de salsa de tomate
125 gr. de miel
125 ml. de zumo de limón
1 cucharada de salsa de soja
1 cucharada de salsa Worcestershire
1 cucharadita de ajo en polvo
2 cucharaditas de sal
1 cucharadita de albahaca (si es seca, media)
1 cucharadita de mostaza (si es en polvo, mejor)
1/4 de cucharadita de Tabasco

PREPARACIÓN:

Mezclar todos los ingredientes y dejar reposar al menos un par de horas antes de utilizarla. Se puede espesar con almidón, o algo así.

21- Gazpacho, sacada de la obra de Juan Altimiras (AU)

"Nuevo Arte de Cocina, sacado de la escuela de la experiencia económica", editada en Madrid, 1760, por Antonio Pérez de Soto, en su "Quarta impresión" :

"Tomarás calabaza, cebolla, tomate, perejil, yerva-buena, y lo freirás todo; luego lo echarás en una vasija ancha, desharás bien los huevos, sazonalos de sal, les pondrás fuego arriba y abajo, hasta que se tuesten, después los cortarás como tortada y podrás servir."

Menestra a las hierbas

30 g de arroz, dos hojas de acelgas trituradas, una cucharada de cebolla triturada, una pizca de perejil, 10 g de parmesano rallado, 150 g de caldo de verduras.

Llevar a ebullición el caldo de verduras, añadir la cebolla, las acelgas, el arroz y cuando rompa de nuevo a hervir, calcular una cocción de 15 o 20 minutos. Finalizada la cocción, condimentar con el queso rallado y el perejil. Mezclar bien todos los ingredientes y servir.

Sopa de coles de Bruselas

Cocer 250 g de coles y rehogar con una cucharadita de mantequilla y 125 g de patatas.

Triturar y sazonar. Acompañar con una rebanada de pan

Sopa de pescado

¼ Kg de pescado, un ajo, hierbas aromáticas, una rama de apio, azafrán, dos cucharadas de aceite de oliva, media cebolla, perejil picado, una cucharadita de pimentón, cuarto de pimiento verde, sal, pimienta, un cuarto de litro de agua. Limpiar los pescados y tritararlos junto con las cebollas, el ajo, el pimiento y el apio. Incorporar las hierbas, la sal, azafrán, el aceite y el agua y hervir 15 minutos. Servir con el perejil picado.

SOPA TRANSPARENTE

Ingredientes

Agua

Azúcar

Zumó de limón

1 l

600 g

100 g

Proceso

Hervir todos los ingredientes y reservar en caliente hasta el momento de servir.

Soufflé de puré

Ingredientes:

- 1 kg de patatas,
- 1 vaso de leche,
- 100 gr de mantequilla,
- 150 gr de queso rallado,
- 4 huevos,
- sal,
- pimienta.

Elaboración:

En primer lugar, pelaremos, lavaremos y cortaremos las patatas cocida a cascotes y, una vez limpias y cortadas las pasamos por el pisapuré. Incorporamos al puré el queso rallado, la sal, la pimienta y las yemas de huevo. Batimos las claras al punto de nieve bien fuertes y las mezclamos posteriormente con el puré. Volcamos en un molde de pirex de paredes altas y lo metemos en el horno a medio fuego durante unos 20 minutos aproximadamente. Se servirá en la misma fuente para que no se baje.