

rs GUÍAS

/rincón del sibarita/

07

Un viaje de
sabores
y lugares



Recetas para conocer un país

Crystal head

VODKA



5% DISCOUNT

Cupon code: vodkacystalhead

CORCHITO

ONLINE STORE

www.corchito.es

TL. 910 800 956

sumario



4
Editorial



29
Cataluña



6
Atrévanse a disfrutar



47
Comunidad Valenciana



8
Entrevista Joan Sala,
cocinero del
restaurante Lossum



48
Extremadura



53
Galicia



10
Andalucía



58
La Rioja



14
Aragón



60
Madrid



21
Balears



62
Murcia



22
Canarias



64
Navarra



26
Castilla León



66
País Vasco

Hola amigos.

La cocina debe dejar de darnos miedo. La cocina es un placer que debemos disfrutar. Y no hablamos de algo baladí. Hablamos de mejorar nuestro nivel de vida. Saber cocinar, influye en dos aspectos que consideramos esenciales. Nos ayuda a aumentar nuestro bienestar, a vivir mejor, a cuidar nuestro cuerpo preparando platos sanos, con materias de primerísima calidad, ya que, aunque en los últimos tiempos se están consiguiendo verdaderas exquisiteces en el campo de los precocinados, no es menos cierto que proliferan los establecimientos que nos invitan a degustar platos para llevar 'como los que comíamos en casa'. También se trata de preservar un patrimonio cultural. La gastronomía popular, la cocina de nuestros antepasados, la riqueza que supone saber hacer platos exquisitos, bien sean complicados o sencillos. La gastronomía, saber cocinar, no delegar y limitarnos a subsistir a base de combinaciones insanas, rápidas, elaboradas sin amor, no puede traernos nada bueno.

Por eso, en esta **RS Guía de Sabores y Lugares**, queremos mostrarles algunas formas de hacer y preparar platos que nos ayudarán a enfrentarnos a los fogones de una manera sencilla y cercana. Utilizando los mejores ingredientes y de la mano de grandes maestros de la cocina. Una revista que hemos querido hacer como prueba de amor hacia nuestra cocina.

Y como siempre, agradeciendo a nuestros amigos y colaboradores su presencia en este número.

Fernando Zabaco **Editor**

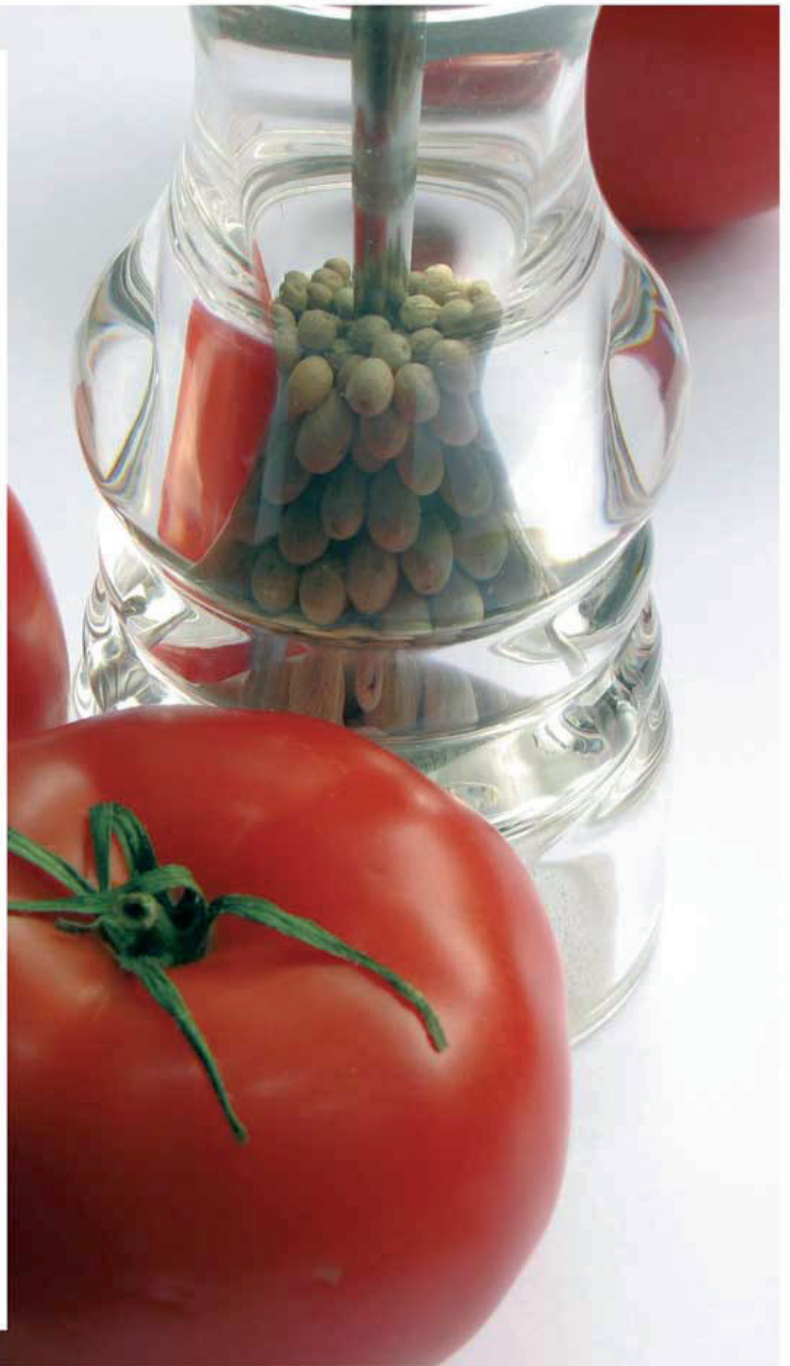


Foto www.sxc.hu

EDITA RS Rincón del Sibarita **PRESIDENTE** Antonio Zabaco Costa **EDITOR** Fernando Zabaco **DIRECTOR GENERAL** José Antonio Zabaco **DIRECTORA COMERCIAL Y MARKETING** Margarita Barjuan **DIRECTOR DE RECURSOS HUMANOS** Manel Blaya **DIRECTOR FINANCIERO** Jesús Martín **ADMINISTRACIÓN Y PUBLICIDAD** C/ Roselló 466, 08025 Barcelona Tel.: 93 490 91 19 - Fax: 93 409 55 22 www.doblezeta.com **EDICIÓN** Antonio Molina **DIRECCIÓN DE ARTE Y MAQUETACIÓN** Jordi Dejuan **MAQUETACIÓN** Felipe Cardona Guzmán **FOTOGRAFÍAS** Portada www.sxc.hu **PUBLICIDAD** RS Rincón del Sibarita - info@rsrincondelsibarita.com **DIRECTOR MONOGRÁFICOS** José Luis Rubio **ADMINISTRACIÓN COMERCIAL** Directora M^a Carmen Adelantado **Coordinación** Montserrat Omenat **Atención al Cliente** 902 026 633 **D.L.** NA-801-2010

Visite nuestra web: www.rsrincondelsibarita.com

Distribución: **Nacional**

Colaboradores:

Tiendas de
EL MUNDO.es

CLUB
LA ALACENA DE
Carlos Herrera

CORCHITO
ONLINE STORE



Prohibida la reproducción total o parcial de cualquier artículo o fotografía sin previa autorización del editor.

rs /rincón del sibarita/ **rs viajes & wellness** /rincón del sibarita/ **rs eventos** /rincón del sibarita/ **rs GUÍAS** /rincón del sibarita/ **rs web** /rincón del sibarita/ **rs actualidad** /rincón del sibarita/ **rs TV** /rincón del sibarita/

son marcas del Grupo Doble Zeta, S.L.

DESCUBRE NUESTROS PRODUCTOS GOURMET

KIT SUSHI

TODO LO QUE NECESITAS PARA HACER EL MEJOR SUSHI

24,90€



INCLUYE:

- Esterilla de Bambú "Makisu"
- Bolsa de alga Yakinori
- Bolsa de jengibre macerado
- Bote de Wasabi en polvo
- Paquete de arroz "para sushi"
- Botellita de vinagre de arroz
- Botellita de salsa de soja

CERVEZAS DEL MUNDO

EXQUISITA SELECCIÓN
DE CERVEZAS DEL MUNDO

12,90€



CAVIAR DE ERIZO AL NATURAL 110gr.

Un manjar muy codiciado y
cada vez más reconocido,
procedente del norte
de Galicia.

14,90€



www.detiendasporelmundo.es



PAGO SEGURO



RÁPIDA ENTREGA



TELÉFONO DE PEDIDOS

902 88 14 14



Atrévanse a disfrutar

Según la Real Academia Española, un gastrónomo es aquella 'persona aficionada a las comidas exquisitas'. Está claro entonces que todos somos gastrónomos. Porque aunque los ya consabidos y tan manidos 'ritmos de vida' a los que nos vemos sometidos, quizás no nos ayuden a saborear todo lo que deberíamos los distintos placeres de la cocina, bien es cierto que nos gusta comer bien. Aunque no podamos. Aunque no sepamos.

No saber cocinar es, junto al sempiterno mantra de la 'falta de tiempo', otro de los grandes motivos que alegamos para no ser unos gastrónomos, para no comer bien. No sabemos cocinar.

Sin embargo, así como frente a la falta de tiempo no tenemos en esta publicación más consejo que darles que apuesten por otro ritmo de vida y prioricen su salud frente a las exigen-

cias de la sociedad contemporánea, si que podemos decirles que para cocinar les proponemos algunas herramientas. Las herramientas más comunes suelen ser las recetas. Los consejos de los amigos, familiares, cocineros de la televisión, libros que llegan a nosotros con la sabiduría de personajes famosos en los fogones, son buenos caminos para seguir. Pero es bueno contar con un recetario, básico o elaborado, sencillo o rebuscado, que nos alumbré un tanto.

Un recetario no ha de ser nunca seguido al pie de la letra. Un recetario quiere ser simplemente una guía, una serie de instrucciones a partir de las cuales podemos adentrarnos en el mágico y placentero mundo de la construcción de platos... con los elementos que tengamos más a mano. Porque, seamos sinceros ¿cuántas veces nos hemos propuesto llevar a cabo una



foto www.sxc.hu



foto www.sxc.hu

El arte de hacer y disfrutar la buena cocina

receta y hemos acabado por desanimarnos al no tener tal o cual elemento? Si no tenemos en nuestro poder alguno de esos ingredientes, podemos recurrir a otros, podemos cambiar, podemos seguir jugando.

Porque cocinar es una aventura y no un proceso estanco en el que no podemos aportar nuestras ideas, o que se noten nuestras carencias. ¿Por qué no?

La gastronomía es el arte de preparar una buena comida. También según la Real Academia Española. A lo largo de las siguientes páginas, les proponemos que nos tomen la palabra. Les aconsejamos que nos sigan, si, pero que jueguen con nosotros. Hemos conseguido la ayuda de los mejores profesionales, que nos han ayudado aportando una completa gama de productos selectos, de una altísima calidad, así como nos han ayudado a confeccionar

exquisitos platos. Un viaje por la gastronomía de nuestro país, en el que hemos querido que estén representadas la mayor parte de sensibilidades gastronómicas y en la que se utilicen materias primas que seguro que sorprenderán a los comensales.

Una guía de recetas, un viaje por lugares, por bebidas, por platos, por preparados, por alimentos, por formas de hacer, por elementos que nos sorprenderán.

Todo un muestrario que nos servirá para abrir nuestra mente a nuevas posibilidades, que nos ayudará a descubrir que, pese a que parezca imposible, sólo al alcance de manos elegidas, nosotros también sabemos y podemos cocinar.

El arte de comer bien y el arte de preparar una buena comida, están ambos a nuestro alcance. ¿Se atreven?



Entrevista a

Joan Sala

Responsable del restaurante Lossum

‘Soy un cocinero todoterreno’

Darle la vuelta al concepto de cocina tradicional, pero sin darle la espalda. Ese es el propósito de **Joan Sala**. El cocinero, a partir del restaurante familiar **El Niu del Mussol**, creó el **Lossum**. Un espacio en el que la cocina catalana vive en constante evolución. Hablamos con él para que nos cuente su visión de la cocina.

Su relación con la cocina viene de familia. Pero bien podría haberse dedicado a otra cosa, ¿por qué decidió ser cocinero y seguir la senda familiar?

No fue una decisión consciente ni premeditada sino la consecuencia de vivir desde muy pequeño entre fogones lo que me ha permitido, poco a poco, aprender a amar mi profesión. La tradición familiar –**El Niu del Mussol** se remonta a los años 70– me ha permitido conocer desde adentro los pros y los contras del negocio gastronómico. Me gusta comer, disfruto con la cocina y no me imagino, ni me he planteado nunca, dedicarme a otra cosa.

¿Nos podría definir su cocina?

Me gusta llamar a mi cocina ‘free cooking concepts’. Soy un cocinero todo terreno. Me

gusta tanto la cocina tradicional como la creativa de autor. En los diferentes espacios que gestionamos, siempre vamos con la calidad por delante, con ganas de gustar y de que los clientes se lo pasen bien. **Lossum**, empezó después de zarandear ‘**El Niu del Mussol**’, dividiendo el restaurante en dos para poner en marcha una versión más ‘moderna’, pero siempre conservando la casa madre ‘**El Niu del Mussol**’.

La cocina que realizo en **Lossum** se prepara delante del cliente ya que la cocina y el comedor son el mismo espacio y así el contacto es muy directo. Sin maquillar mucho los productos, con un toque de creatividad y una buena puesta en escena.

Lossum, su restaurante, es mussol (búho en catalán) al revés. Mussol es el restaurante familiar ¿Lossum le da la vuelta a la cocina tradicional catalana?

En **Lossum** le dedicamos más tiempo a las elaboraciones y se intenta dar como dices, la vuelta a la cocina dando un servicio mucho más personalizado con instrumentos varios para comer y una puesta en escena de la cocina en primer plano. Con un decorado oscuro



pero relajante y acogedor. **Lossum** es una conjugación de la cocina tradicional catalana y la cocina de diseño. Pero con sentido y con una gran cantidad de matices con la calidad que nosotros queremos. **Lossum** es el búho de noche y el **Niu del Mussol** es el día.

Dentro de lo variado de su repertorio gastronómico ¿Qué nos recomendaría de su carta?

Como decíamos, **Lossum** es el atardecer y el **Niu** es el día. Los dos restaurantes proponen una cocina saludable, con los mismos productos de base y de primerísima calidad, pero las diferencias estriban en la forma de comer. En el **Niu** el cliente escoge y en **Lossum** la carta es un conjunto de diferentes snacks, tapas y platos de autor con sutiles técnicas de elaboración y diferentes intensidades de degustación según el precio escogido mimando el producto. Igual que el **Niu**. Son cocinas fusionadas entre sí, sin la tradicional no existiría la cocina de autor.

Recientemente le hemos pedido que colabore con nosotros en nuestra revista RS-Sabores y Lugares elaborando recetas con diferentes productos. ¿Qué le ha supuesto este pequeño reto?

Siempre es un buen reto descubrir productos, y supone una buena forma de contacto para descubrir aún más la cantidad de buenos productos que acumula España y también otras latitudes. Siempre hay que estar al servicio de la alimentación ya que somos lo que comemos. Y si encima estamos en buenos lugares en buena compañía y rodeados de productos de buen paladar que más se puede pedir. Para estos retos y más estaremos a su disposición. **¿Hacia dónde le gustaría que evolucionara su cocina?**

Te seré franco, para mi las cocinas que practicamos ya son una evolución, porque en un mismo restaurante ofrecemos dos tipos de cocina. Fusionando las dos cocinas, las vemos desde dos perspectivas diferentes. El contacto con otros colegas restauradores, o con el campo de la medicina, el diseño, la arquitectura, sirve para evolucionar. Es una evolución constante. Hay que tener el pasado muy presente para mirar al futuro.

Para más información
www.lossum.com

D.O.P. Vino de Calidad de Granada

Granada cultiva 5.500 hectáreas de terreno de viñedos que producen entre 30 y 40 millones de kilos de uva al año. Actualmente son alrededor de 20 bodegas y cerca de 100 los viticultores adscritos al Órgano gestor. El sector está realizando un gran esfuerzo para conseguir el reconocimiento y posicionamiento de la Denominación de Origen Protegida.

En los últimos años el panorama de los vinos granadinos ha cambiado radicalmente hacia una elaboración de vinos de calidad y de gran aceptación en el mercado.

En este éxito ha jugado un papel determinante la adaptación a las nuevas técnicas de vinificación, la implantación de variedades nobles de uva y la recuperación de joyas autóctonas como la Vijiriega, y el cuidado exquisito de las plantaciones de vid. También lo han sido las buenas y peculiares características geográficas de la provincia, con viñedos a gran altitud, sometidos a grandes contrastes climáticos y bendecidos por abundante sol.

El resultado están siendo caldos de gran personalidad elaborados con mimo artesanal: vinos blancos frescos y fragantes, tintos sabrosos de gran complejidad y espumosos de burbuja fina y elegante acidez.



Receta para 4 personas

- 2 perdices
- 2 manos de cerdo limpias
- 300 g de judías blancas
- 1/4 kg de almejas
- 1 cabeza de ajo
- 2 puerros
- sal y pimienta
- 1 copita de brandy o cognac
- 3 cucharadas de aceite

Perdices al gusto del rey

Preparación

- Se cuecen las perdices con sal y pimienta en grano, durante 1/2 hora en la olla exprés cerrada con la válvula.
- Se sacan las perdices y en el caldo se cuecen las manos de cerdo y se echan en el caldo las judías blancas, el ajo y el puerro picado.
- Mientras se fríen las almejas con las tres cucharadas de aceite y con la copita de cognac o brandy se hace el flambeado.
- Se incorporan las manos de cerdo a las judías, las perdices y las almejas.
- Se emplata 1/2 perdiz, 1/2 mano de cerdo y un cucharón de judías con almejas por persona.
- Se recomienda el vino Anchurón plus para esta comida, y un largo paseo.



El Anchurón

Vinos tranquilos, energías limpias

La bodega de vinos granadinos **El Anchurón** se encuentra circundada por tres parques naturales. Sus prácticas de fomento de la biodiversidad y respeto al medio ambiente se reflejan en el uso exclusivo de recursos energéticos renovables y limpieza con agua de manantial.

Una producción limitada de tintos, blancos, rosados y dulces que proviene únicamente de vinos propios plantados a partir de 1989.

Para más información WWW.anchuron.es

Sierra Mayor[®]
de Jabugo
El Jabugo de Autor.



SM
S

Sierra Mayor[®]
de Jabugo

10
Vetas

jamón de bellota
de raza ibérica

con la garantía de:
Consortio de Jabugo

nº 7665

maestro jamonero
Antonio López



Aceite de Sierra Mágina

Son 61.000 hectáreas de olivar las que se extienden en la comarca de Sierra Mágina, siendo la mayor denominación de origen en extensión de las inscritas en la Unión Europea.

Constituye la mayor fuente de actividad y producción de la comarca, y la mayor parte del mismo se trata de olivar tradicional situado en pendientes, con un desnivel medio entre el 10-15%.

La variedad picual es absolutamente predominante, como en la provincia de Jaén, existiendo como variedad secundaria autorizada por la Denominación la manzanillo de Jaén.

Los aceites de oliva virgen extra de Sierra Mágina, obtenidos a partir de las variedades picual y manzanillo, son muy frutados, ligeramente amargos y picantes. Son muy estables, con un alto índice de polifenoles, y mantienen sus características iniciales durante un largo periodo de tiempo.

En la cata, se perciben sabores a tomate, hierba fresca recién cortada, higuera verde, siendo muy aromáticos.



Ingredientes

- 1 kg. de tomates bien maduros.
- 2 pimientos verdes.
- 2 latas de atún.
- 4 huevos cocidos.
- 2 dientes de ajo.
- miga de pan.
- sal.
- 1 vaso de Aceite de Oliva Virgen Extra "OrOliveSur.com".
- 1 cucharada de vinagre.
- 100 gr. de jamón en taquitos.



Pipirrana Jiennense

Preparación

- En primer lugar se pone la miga de pan en un cuenco y se humedece con agua.
- A continuación se pelan los tomates y se cortan en trocitos.
- Una vez que se han troceado los tomates se vierten en la ensaladera en la que vamos a presentar la pipirrana.
- A parte, en un mortero ponemos los ajos picados, la miga de pan bien escurrida, las yemas de los huevos y lo más importante un buen chorro de Aceite de Oliva Virgen Extra "OrOliveSur.com".
- Mezclamos todo bien hasta conseguir una pasta fina.
- Cuando tengamos la pasta le añadimos la cucharada de vinagre y mezclamos nuevamente.
- Finalmente se vierte esta pasta con los tomates que habíamos troceado previamente y le añadimos el atún, los pimientos bien picados y las claras de huevo.
- Mezclamos todo bien, rectificamos de sal y añadimos los taquitos de jamón para decorar.

OrOliveSur.com
Venta de aceite de oliva ecológico e ibéricos

OrOliveSur.com

En OrOliveSur.com podrás encontrar un amplio catálogo de aceite de oliva virgen extra de la comarca de Sierra Mágina como Aceite de Oliva Alta Gama, Aceite de Oliva Virgen Extra Ecológico, Monodosi... avalados por la Denominación de Origen Sierra Mágina.



Para más información www.rolivesur.com - Tel.: +34 627 50 50 12 - info@rolivesur.com

Maridaje

Que vino y comida son placeres inigualables por sí solos, no hay más que combinarlos para conseguir una experiencia superior. Al hecho de casar un alimento con un vino, con la intención de que se realce tanto uno como el otro, se le llama maridar. El maridaje es un concepto que no ha sido siempre seguido al pie de la letra y que ha sido puesto en boga en tiempos recientes, ya que habitualmente se ha acostumbrado a consumir los alimentos y los platos tradicionales con los vinos que ha dado cada zona en la que se consumían.

Sin embargo, el mayor acceso a vinos de diferentes procedencias y calidades ha supuesto que podamos buscar sensaciones nuevas. Con la ayuda de un sumiller, encargado de recomendar las combinaciones idóneas, con el concepto de maridaje lo que se persigue es que ciertos elementos que se encuentran en los alimentos y en el vino, como son la textura y el sabor, reaccionan de distinta manera al mezclarse, por lo que la combinación adecuada de estos hará del comer una experiencia singular.



Ingredientes para 6 personas

- 6 unidades de pera
- 2 cubiletes y medio de Thermomix de azúcar
- Un cubilete y medio de vino de **Málaga Cortijo de los Aguilares**
- 1 cubilete de Thermomix de agua
- 6 yemas de huevo
- 4 cubiletes de Thermomix de leche
- 1 cucharada de mantequilla
- Piel de limón al gusto
- 1 cucharada de azúcar vainillado

Peras al vino de Málaga Cortijo de los Aguilares. *Por cocinavino.com*

Preparación

- Poner en una cacerola al fuego el azúcar junto con el vino de **Málaga Cortijo de los Aguilares**, el agua y las peras, previamente peladas y dejar cocer hasta que estén tiernas. Reservar.

Preparar la crema

- Poner el vaso muy seco, el azúcar y programar a velocidades 5-7-9 progresivo hasta que esté bien glaseado.
- Añadir la piel de limón y proceda de igual forma.
- Incorporar los ingredientes restantes de la crema y programar 7 minutos, temperatura 85°, velocidad 4.
- Verter la crema en una fuente de servir y sobre ella, colocar las peras cocidas, abiertas en abanico, si lo desea.

Salsa de chocolate (optativo)

- Poner en el vaso 4 cubiletes de nata y programar 4 minutos, temperatura 100° velocidad 1.
- Añadir 150 g de chocolate troceado, dejarlo que se ablande con el calor de la nata y triturarlo 7 segundos a velocidad 8.
- Añadir 1/2 cubilete de brandy y mezclar a la misma velocidad.
- Si la ve muy espesa, aclararla con un poquito de leche.
- Servir las peras sobre la crema, acompañadas de la salsa de chocolate bien caliente, en una salsera.

Cortijo Los Aguilares

Cortijo los Aguilares está situado a más de 900 m sobre el nivel del mar, muy cerca de Ronda y de la Sierra de las Nieves. En este microclima tan especial cultivamos diferentes variedades de uva para producir vinos de gran personalidad que reflejan perfectamente el terruño tan original de donde proceden. En la bodega, la tecnología más puntera se pone al servicio de la tradición para respetar la tipicidad del viñedo.



Para más información

CORTIJO LOS AGUILARES

Puente de la Ventilla - Ctra. Ronda a Campillos Km. 5 - 29400 Ronda

Tel./Fax: 952874457

info@cortijosaguilares.com - www.cortijosaguilares.com

Platos de caza

Una de las variedades gastronómicas más extendidas de nuestro país, y de las más apreciadas, es la de los llamadas platos de caza.

Estos platos se degustan principalmente durante los meses de frío, en otoño e invierno, que es cuando se alcanza el máximo esplendor al retirarse la veda.

La caza, primero como necesidad alimenticia del hombre, y más adelante como práctica deportiva, es una práctica que nos ha proporcionado a lo largo de nuestra existencia en la tierra la posibilidad de disfrutar de sustento y con las piezas obtenidas se han preparado platos realmente succulentos. Platos que en algunos casos han sido considerados como cocina de subsistencia, una cocina apegada al terreno, rústica, pero que poco a poco va siendo redescubierta por los cocineros más sofisticados, que saben extraer de estas recetas sencillas, succulentas, enseñanzas y variantes, realmente sabrosas.

Platos de conejo, liebre, bécada, perdiz, zorzal... pero también de ciervo, jabalí... no dejan de aparecer en las mesas más exigentes. Y aún así, sigue siendo un auténtico placer preparar en el campo uno de estos reparadores platos, al abrigo de una buena lumbre, en contacto con la naturaleza.



Ingredientes para 5 personas

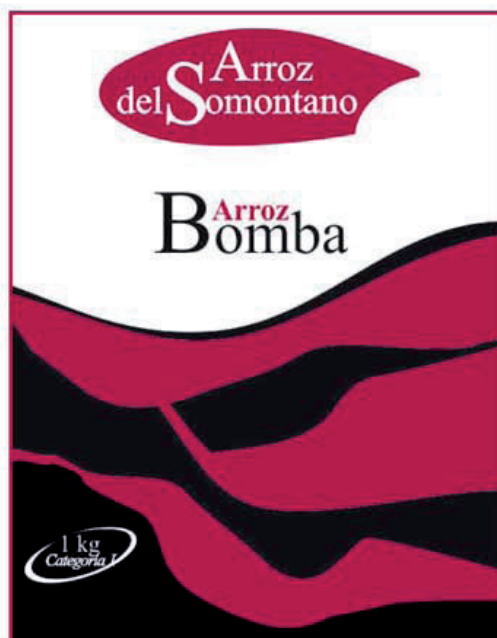
- Arroz del **Somontano**
- Cebolla, tomate y ajo
- 4 Tordos limpios (Con la tripa hacemos la picada)
- Trufa *Melanosporum* de Aragón la que se pueda pagar
- Agua
- Verdura de temporada (alcachofa, guisante, habita, col)
- Picada de Avellana, perejil, las tripas del tordo bien limpias y pimentón

Arroz del Somontano, con Tordos y Trufas de Aragón

Por el cocinero Joan Sala

Preparación

- Primero limpiamos los pajaritos y empezamos a preparar el sofrito, con el ajo, la cebolla y el tomate en este orden y lo vamos rehogando, a fuego muy lento.
- Sofreímos los pajaritos y una vez el sofrito que estamos elaborando esté bien colorado lo añadimos a los tordos, dejando un minuto al fuego, mezclándolo con cariño y delicadeza, cubriéndolo de agua para que se cocine todo a fuego muy suave durante una hora a 80°.
- Una vez transcurrido este tiempo, cuando empiece a estar tierno, llega el momento llamado T&T. Trufas y tordos. Una buena combinación. Y excelente al combinarse con el arroz del **Somontano**, de primerísima calidad.
- Es un plato digno de la mejor cocina y tradición gastronómica del país, todo un placer degustar una receta tan exquisita, de elaboración paciente y dada los pequeños matices que cada maestro puede aportar.



Arroz del Somontano

Alta calidad gastronómica

Arroz del Somontano es una pequeña empresa familiar de cría, transformación y distribución de arroces de alta calidad gastronómica.

Este proceso se realiza desde el año 2004 en la propia finca.

Arroz del Somontano trabaja con cuatro variedades.

- BOMBA (paellas, caldosos)
- BALILLA - SOLLANA (paellas, arroces a banda)
- CARNAROLI (risottos)
- LIDO (arroz a la cubana, tres delicias)

ARROCEROS SOMONTANO S.L.L.

C/Tamarite 62 - 22500 BINÉFAR - Huesca

Tels.: 666 474 934 - 647 845 521 - arrozsomontano@terra.es

Marisco

El marisco es uno de los elementos más demandados en las mesas españolas, sobre todo, cuando hablamos de las grandes celebraciones, sean bodas, bautizos, comuniones... un buen banquete sin la correspondiente ración de mariscos varios, no se entiende. Mariscos gallegos, andaluces, Asturias y cántabros, y también valencianos, catalanes o mallorquines, tienen un inconfundible marchamo de calidad. Aunque existe la tradición por la cual los meses que contienen la letra 'r' son los ideales para el consumo del marisco, cada temporada tiene un marisco ideal.

Así, en primavera, las cigalas, las almejas y las ostras. Para el verano, los mejillones, las almejas, las navajas y caramujo, los bogavantes, langostas, ostras, percebes y cangrejo real. En Otoño, los berberechos, bogavantes, langostas, las vieiras, las zamburiñas y las gambas. Y para el invierno, el centollo, el buey de mar, las nécoras, los camarones, las vieiras, las almejas o los santiaguíños.



Ingredientes para 4 personas

- Medio kilo de langosta
- 2 puerros
- 1 cebolla pequeña
- 3 champiñones
- Una taza de caldo de pescado
- Dos cucharadas de nata líquida
- Dos cucharadas de mantequilla

Langosta a la Bretona. *Por cocinavino.com*

Preparación

- Cocer las langostas en agua hirviendo con sal durante 8-10 minutos dependiendo del tamaño.
- Para que no pierdan la forma, atarlas a una tablita del tamaño de la langosta o a una cuchara de madera.
- Sacar y escurrir bien.
- Pelar las colas y cortarlas en medallones.
- Reservar.
- Derretir la mantequilla en un cazo y rehogar los puerros y la cebolla cortadas en juliana, a fuego bajo, hasta que esté blando.
- Añadir el vino, dejar reducir hasta que se consuma el líquido.
- Mezclar bien y salsear la langosta.
- Guarnecer con la mousse de buey de mar y las cestitas de lenguado.

Mousse de buey de mar

- Mezclar en un cuenco 1 huevo con 100grs. de carne de buey de mar, media taza de nata líquida, sal, pimienta y nuez moscada.
- Engrasar unos moldes y llenarlos con el preparado.
- Cocerlos al baño maría hasta que estén cuajados.

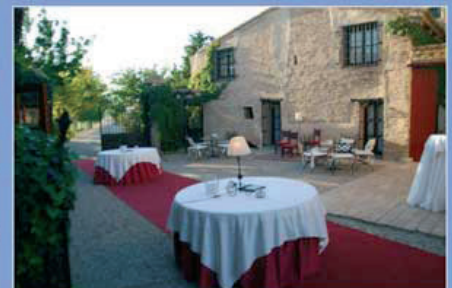
Cestitas de lenguado

- Cortar en tiras 1 filete de lenguado, sin piel ni espinas y hacer unos rollitos, sujetándolos con un platillo, salpimentar y untar con aceite; cocerlos al vapor.
- Adornar con puntas de espárragos trigueros cocidos.

La Cocina de José Fernández Donde quieras lo mejor

La Cocina de José Fernández es un negocio familiar con una única filosofía, "lo importante es hacerlo bien". En 1995 se crea este catering en eventos de familiares y amigos, siendo hoy en día un referente en todo Aragón. Cuenta con su propio espacio para eventos en Almudévar "Los Jardines del Canal", trabaja en exclusiva en la prestigiosa finca "Torre del Pino" en Zaragoza, y en Caspe en "La Antigua Harinera". Además se trasladan hasta donde el cliente requiera, para hacer realidad su sueño. Los sabores tradicionales, fusionados con la nueva cocina, un servicio exclusivo y el trato familiar hacia sus clientes son la clave de su éxito.

Información y reservas LA COCINA DE JOSÉ FERNÁNDEZ
C/ Baja 44 - 22270 Almudévar
Tel.: 974 251 225 - www.cocinajosefernandez.com



Trufa

Como un tesoro oculto se presenta en la naturaleza la Trufa Negra, la *Tuber melanosporum* Vitt., cuyo descubrimiento y deleite se reserva tan sólo a unos pocos privilegiados.

Su recolección, que se lleva a cabo entre los meses de noviembre y marzo, exige paciencia, conocimiento y pasión, virtudes que convierten a los truficultores en alquimistas del territorio poseedores del secreto mejor guardado. Sólo ante ellos desvelan su brillo las legendarias "emperatrices subterráneas", como llamó a las trufas el Marqués de Cussy, y sólo ellos conocen la atracción natural que ejercen los poderosos "diamantes negros", aludiendo a la denominación de Brillant Savarin. De las virtudes de la trufa se han hecho eco numerosos sibaritas y eruditos del placer. Su rareza y exquisitez hacen de ella una leyenda viva de la gastronomía. Su olor intenso y su particular sabor convierten a este producto en un don extraordinario para el paladar y lo elevan al altar de la alta cocina como una de sus más apreciadas joyas.

La *Tuber melanosporum* Vitt. Es la más apreciada entre las trufas negras, con un penetrante aroma asilvestrado que embriaga y una piel negra que se torna parda con el paso del tiempo.



Ingredientes

• Kilo de Merluza

• 2 Cebollas

• 2 cucharadas de harina

• Leche

• Placas para canelones

Canelones trufados de merluza

Receta cedida por la Asociación de Mujeres de Sarrión, incluida dentro de su libro, "Cocinar con trufa".

Preparación

- Se fríe la merluza enharinada, sin hacerla demasiado y se reserva.
- A continuación, se pone a pochar la cebolla, se le añade harina y se le da unas vueltas. • Después se añade el pescado desmenuzado y la leche hasta el punto que no quede demasiado blando. • Se deja enfriar y se añade la trufa rallada. • Luego se procede a rellenar las placas y se pasan por harina y huevo batido. • Por último se fríen en abundante aceite caliente. • Para darle todavía un toque más especial, se le rallará un poco de trufa por encima de los canelones.

La Trufa Negra de Teruel, un producto delicatessen que convierte cualquier receta sencilla en un exquisito manjar.



Tuber melanosporum (trufa negra)
... el mejor regalo para su paladar.



TRUFA NEGRA D TERUEL

Para más información

ASOCIACIÓN DE TRUFICULTORES Y
RECOLECTORES DE TRUFA DE TERUEL
Avda. Goya 3, izqda. 44460 SARRION - Teruel
Tel.: +34 978 781 069
asociaciondetruficultores@gmail.com
Horario oficina: Martes y Jueves de 5 a 8:30 p.m.

Flamenquín con queso de Albaracín

El **flamenquín** es un plato típico de la provincia de Córdoba, aunque su origen hay que encontrarlo en la localidad jienense de Andújar, que se encuentra muy cerca de la provincia cordobesa.

Este plato recibe su nombre por su color dorado, como era rubio el color de los cabellos de los flamencos que llegaron acompañando al emperador Carlos V.

El flamenquín consiste primordialmente en trozos de jamón bien serrano o de York, de york o serrano, enrollados, rebozados en pan rallado y posteriormente frito. En el relleno podemos encontrarnos tanto quesos, como otros elementos, por ejemplo chorizo. Se considera que la receta original del flamenquín fue creada en 1939, en la cocina del bar de Andújar que regentaba D. Manuel Gavilán Mena. En su origen, éste, dejaba macerar en vino blanco seco los filetes de lomo de cerdo una hora o más antes de utilizarlos para hacer el relleno.

El tamaño del rollo una vez elaborado puede ser variado, desde una simple bola, a cilindros de 40cm. de largo.



Ingredientes

- Jamón de York
- Queso de Oveja "Sierra de Albaracín" Etiqueta Azul
- Huevo batido
- Pan rallado
- Aceite de oliva

Flamenquines con queso de oveja 'Sierra de Albaracín'

Preparación

- Coger una loncha de Jamón de York y enrollar una tira de queso 'Sierra de Albaracín'.
- Pasar por el huevo batido y rebozar en el pan rallado.
- Se fríe con aceite bien caliente y cuando lo saquemos, hay que colocarlo en un plato con cell para que absorba el aceite.

Queso Artesano de Teruel, la tradición con sabor



Emplazada en la Sierra de Albaracín, en la cuna de una tradición ancestral que durante siglos han seguido generaciones de pastores y artesanos, elaborando una de las formas más antiguas de alimentación, el queso. **Queso Artesano de Teruel S.L.**, desde sus inicios ha seguido como máxima el respeto a la tradición gastronómica de la comarca. Así, elaboran productos de calidad, con el resultado de una gama de quesos que se caracterizan por el uso de las mejores materias primas seleccionadas, con gran esmero en el cuidado y maduración de los quesos.

El Queso
Sierra de Albaracín

Para más información
QUESO ARTESANO DE TERUEL S.L.
Pol. Los Rubiales - 44100 Albaracín - Teruel
Tel.: 978 710 323 - Fax: 978 710 344
info@quesodealbaracin.es
www.quesodealbaracin.es

La cebolla dulce de Fuentes

La gastronomía se enriquece con las mejores materias primas. Los mejores platos no son tales si no contamos con los elementos más selectos. Y el trabajo de los productores que se esfuerzan en recuperar variedades autóctonas, cuidándolas y tratándolas con el máximo mimo para lograr la máxima calidad, no deja de sorprendernos.

La cebolla dulce de **Fuentes** es originaria de la comarca de Fuentes de Ebro, cultivada artesanalmente desde antiguo. Su color blanco pajá, la forma globosa redondeada por la raíz y ligeramente alargada hacia el cuello, son características de esta variedad.

Se distingue por ser dulce, suave y sin apenas picor. Su tierna textura la hace ideal para consumir en ensalada y también, por su jugosidad, es excelente en todo tipo de asados, guisos, o como acompañante en otros platos.

Las cebollas pequeñas, o 'Porrones' de Fuentes, son exquisitas al horno.



Ingredientes para 4 personas

- Rape, 500 gramos
- Ajo tierno, 8 unidades
- Vino blanco, 1/2 taza
- Sal, al gusto
- **Cebolla dulce de Fuentes** 4 unidades
- Aceite de oliva, 6 cucharadas
- Caldo de pescado, 1 taza
- Pimienta negra molida, al gusto

Rape con cebolletas y ajos tiernos

Por www.cocinavino.com

Preparación

- Quitar las hojas exteriores a las cebolletas y a los ajos y cortarlos en juliana.
- Lavar, secar y cortar el rape en rodajas.
- Calentar el aceite en una sartén y saltear las rodajas de rape, previamente salpimentado, a fuego vivo, durante 1 ó 2 minutos.
- Sacar de la sartén y reservar al calor.
- Incorporar las cebolletas y los ajos tiernos a la sartén y rehogar durante 5 minutos.
- Añadir el caldo y el vino, dejar cocer unos 10 minutos, incorporar el rape, rectificar la sazón y cocer unos minutos antes de servir.

Fuencampo XXI

Fuencampo es una empresa aragonesa dedicada a satisfacer a un consumidor de hortalizas selectivo y exigente. Así, la **Cebolla Dulce**, es un producto selecto, controlado verticalmente desde la obtención de la semilla y los procesos de siembra y cultivo, hasta su expedición a mercados, plataformas y comerciales.

La **Cebolla Dulce de Fuentes**, un producto excepcional.



fuencampo La Cebolla Dulce

FUENCAMPO XXI S. L.

Ctra de Valencia km. 8,3 - 50410 CUARTE DE HUERVA - Zaragoza

Tel.: 976 504026 - Fax: 976 504525 - www.fuencampo.com

Arbequina

La producción olivarera de La Almunia de Doña Godina permite obtener un aceite de primera calidad, las varias almazaras de la zona ofrecen un aceite de excelente calidad en el que manda la variedad Arbequina.

Este tipo de olivo es originario de Palestina y fue introducida en nuestro país por el duque de Medinaceli en el siglo XVII, y este residía en el palacio de Arbeca, en Lleida, por lo que tomó este nombre: Arbequina.

Las arbequinas son aceitunas pequeñas, pero muy apreciadas por su precoz entrada en producción.

Son aceites que presentan un olor afrutado fresco con aromas a almendras y otras frutas.

Amargan y pican muy poco o nada, la nota de astringencia no aparece nunca y de entrada presentan una gran suavidad. También se da el tipo de aceite frutado ligeramente verde y medianamente amargo, picante y dulce, en un aceite que corresponde al de principio de campaña. Son aceites algo más delicados que otras variedades frente a la oxidación y una vez envasados es importante que estén al resguardo de la luz y el calor.



Ingredientes para 4 personas

- 250 gramos de caracolas de pasta
- 150 gramos de atún de aceite
- 1 cebolleta
- 3 cucharadas de vinagre de Jerez
- 6 cucharadas de Aceite de Oliva Virgen Extra
- Perejil picado al gusto
- Sal al gusto

Caracolas al Aceite de Oliva Virgen Extra. *Por cocinavino.com*

Preparación

- Colocar la pasta en una cazuela de vidrio y cubrirla con agua hirviendo, salar y agregar una cucharada de Aceite Oliva Virgen Extra.
- Cubrir la cazuela con plástico adherente perforado y llevar al microondas a la máxima potencia durante 12 minutos, removiendo la pasta una vez a mitad del proceso.
- Colar la pasta y pasarla por agua fría.
- Dejarla escurrir un poco y colocarla en una ensaladera.
- Poner en otra cazuela los gambones pelados.
- Cubrirlos con plástico adherente perforado y llevar al microondas durante 1 minuto, siempre en la máxima potencia.
- Pelar y picar la cebolleta.
- Lavar, pelar y picar el tomate.
- Añadir a la pasta el atún, los gambones, la cebolleta y el tomate.
- Mezclar el Aceite de Oliva Virgen Extra con el vinagre y la sal y rociar la ensalada.
- Remover, espolvorear con perejil picado y servir.

Aceites Lis

Aceite aragonés de máxima calidad

Su producción se basa en el auténtico zumo de aceituna que transforman, de una gran calidad tanto sensorial y organoléptica como físico-química. Así se obtiene un producto final que se denomina **Aceite de Oliva Virgen Extra**, con una acidez media inferior a 0.2 cuya **Extracción** se realiza en **Frío** (nunca alcanzando los 27°C).

Su método de trabajo en fábrica permite obtener un producto de unas características diferentes a las que se encuentran en el mercado. Con **La Calidad** como primer objetivo, cuentan con su propio control de calidad y trazabilidad.



Para más información

ACEITES LIS

Ctra. de Alpartir KM. 1

50100 LA ALMUNIA DE DOÑA GODINA - Zaragoza

Tels.: 976 600 956 - 626 028 342 - www.aceiteslis.com

ELIGE
CON
QUE



ACIERTA
CON

RUEDA



Vinos con **D.O. Rueda**,
cuestión de estilo

www.dorueda.com



Queso de Menorca

Sobre las excelencias del queso que se hacía y se hace en la isla de Menorca, ya hablaban los árabes en un documento del siglo X. El queso de Maó (Mahón) se elabora con leche de vaca, a diferencia del mallorquín, en el que se emplea leche de oveja.

Como muchas otras cosas en Menorca, su nacimiento se fraguó en el siglo XVIII durante la ocupación británica, gracias al fomento de la cría del ganado vacuno, mayoritariamente de raza frisona.

En la actualidad, aunque la mayor parte de la producción es industrial, este queso se sigue elaborando de forma artesanal mediante antiguos métodos. Para ello se cuaja la leche utilizando hierbas, se envuelve en un paño blanco muy fino y se moldea a mano hasta que queda compacto.



Ingredientes para 4 personas

- 300 gramos de queso de **Mahón S'arangi**
- 2 huevos
- Media taza de aceite de oliva
- 2 cucharadas de pan rallado
- 1 ramillete de perejil

Queso de Mahón rebozado con perejil. *Por cocinavino.com*

Preparación

- Trocear el queso **S'Arangi** en tacos regulares.
- Batir los huevos en un cuenco y rebozar los trozos de queso, pasándolos por los huevos y después por el pan rallado.
- Freír en abundante aceite muy caliente (es importante que el aceite esté muy caliente para que el queso se dore en unos segundos).
- Poner el perejil en un colador y sumergir éste en la sartén, hasta que el perejil esté crujiente.
- Servir el queso caliente espolvoreado con el perejil.

El mejor queso artesano con D.O. de Mahón - Menorca

Para más información

Ctra. General Km. 19'5
07740 ES MERCADAL - Menorca
Tels.: 971 154 077 / 660 652 046
Fax: 971 154 077
sarangimercadal@gmail.com



Lanzarote

La gastronomía de Lanzarote, como la del resto de las Islas Canarias, nos proporciona agradabilísimas sorpresas. Sus platos destacan por la sencillez, ya que predominan las materias primas sobre la elaboración, resultando aún así platos muy sabrosos.

A las costumbres culinarias heredadas de los aborígenes de las islas, los guanches, encontramos también en Lanzarote una fuerte influencia española y sudamericana.

Las buenas carnes, el pescado fresco, las verduras y el aceite de oliva virgen, forman parte de la mesa de Lanzarote y, naturalmente, son muy importantes sus vinos y los quesos. Los potajes, suponen una fundamental forma de probar sus verduras, y tampoco podemos olvidar recetas de pescados tan suculentas como el sancocho, y clásicos canarios como las papas arrugadas acompañadas de sus 'mojos'.



Ingredientes

- 1 medallón de Solomillo de Buey
- 1 calabacín pequeño
- 4-5 champiñones
- 120 g de Queso Semicurado - **Maxorata**
- 1 trocito de cebolla cortada muy fina
- 1 chorrito de nata
- Sal y pimienta

Solomillo de buey con salsa de Queso Semicurado Maxorata

Preparación

- Se pasa por la plancha o grill el medallón de solomillo previamente salpimentado.
- A su vez, en una sartén salteamos el calabacín y los champiñones (no dejar las verduras muy hechas).
- En una cacerola introducimos el queso ahumado previamente rallado, le añadimos la cebolla y la nata y salpimentamos.
- Removemos con una varilla sin parar hasta que obtengamos una salsa espesa con la cual cubrimos el solomillo.

Grupo de Ganaderos de Fuerteventura

MAXORATA

La pasión por la tradición



grupo **GANADEROS**
de **FUERTEVENTURA S.L.**

www.maxorata.es

Queso Majorero

El queso ha sido alimento básico del majorero desde hace 2000 años. Ya antes de la llegada de bretones y normandos, existen referencias a la existencia de ganado cabrío en Fuerteventura. Y en las crónicas de la conquista se deja constancia de la excelente calidad de sus quesos y del elevado número de cabras existentes en la Isla de Fuerteventura.

Desde entonces el queso se comenzó a exportar a las dos capitales canarias, creando riqueza y constituyendo una fuente económica importante. Para garantizar la excelencia de las producciones queseras de Fuerteventura se crea el Consejo Regulador de la Denominación de Origen **Queso Majorero** en 1996.

El **Queso Majorero** se elabora con medios artesanales, siguiendo métodos tradicionales que se han heredado de generación en generación, y que responden a la inventiva y experiencia de los queseros majoreros desde los tiempos previos a la Conquista.

Por sus grados de maduración el queso Majorero puede ser tierno, semicurado o curado, y por su tratamiento de superficie puede ser untado con gofio o untado con pimentón.



Ingredientes para 6 personas

- 200 gramos de **queso de cabra los Adejes**
- 12 unidades de pan tostado
- Media taza de mermelada de frambuesa
- Una cucharada de comino

Canapés de Queso de Cabra Los Adejes. *Por cocinavino.com*

Preparación

- Refrigerar el queso durante un rato para poderlo cortar con más facilidad.
- Cortar el queso en rodajas finas con un cuchillo bien afilado.
- Para hacerlo es conveniente calentar la hoja del cuchillo para que el queso no se rompa.
- Extender las tostaditas en una placa de horno y colocar el queso sobre ellas.
- Calentar el horno y meter los canapés unos 2-3 minutos para que se derrita un poco.
- Colocar un poquito de mermelada sobre cada canapé y espolvorearlos con los cominos.

Los Adejes, el queso Majorero



Quesería Los Adejes

Calle los Adejes 11

35628 TUINEJE - Fuerteventura

Tel.: 679-08-55-33



Queso Palmero

Un queso centenario

La historia del queso **Palmero** comienza a escribirse con la introducción de las cabras prehispánicas por los primeros pobladores de la isla (de origen bereber). No obstante, desde la incorporación de la isla de La Palma a la Corona de Castilla en el año 1493, existe constancia escrita de la importancia que desde entonces ha tenido la industria quesera en su territorio.

De esta forma, existe constancia de exportaciones a mediados del siglo XVI con rumbo a los puertos de San Juan de Puerto Rico o de Santo Domingo en las 'Indias del Mar Océano' o a las islas de Cabo Verde. Así en la descripción que de La Palma hace Juan Botero Benes a finales del siglo XVI, dice que es: '... muy pequeña, aunque hermosa y bella, abundante en azúcar, vino, carne y queso, donde las flotas

que van de España al Perú y al Brasil tocan y hacen escala de ordinario para tomar refresco...'



Ingredientes

- Rúcula, hojas
- Lechuga Iceberg, hojas
- Berros, 20 grs.
- Endivias, 20 grs.
- Queso Palmero, 50 grs.
- Plátanos Verdosos, 50 grs.
- Calabaza, 100 grs.
- Tomates Cherry, 2 unidades
- Mostaza, CS
- Miel, CS
- Miel, CS
- Polvo de Millo, CS
- Aceite, 2 Dl.
- Sal Maldon

Ensalada Verde con Queso Palmero y Plátano confitado

Preparación

• Primero se lavan bien las hortalizas de hojas y se ponen en remojo en agua fría. • Para el aceite de calabaza: se pone la calabaza pelada en agua con un poco de azúcar y sal y se deja cocer hasta que se ponga blanda, se muele muy bien y se le añade poco a poco aceite de semillas hasta que emulsione. • Para el plato confitado: se hace un almíbar con gotas de limón y se ponen los plátanos enteros hasta que queden blanditos, se cortan en rodajas. • Para la vinagreta: en un bol se pone el vinagre, el aceite, sal, una cucharadita de mostaza y un poco de miel. • A la hora de montar el plato se ponen todas las hojas verdes bien secas, el queso de cabra ahumado y los tomates cortados, poniéndoles la vinagreta por encima y el aceite de calabaza a un lado. • A todo esto se le espolvorea el polvo de millo.

Queso Palmero Un grande de España

Resulta un placer compartir este queso tan especial, que se elabora de manera artesanal en la isla de La Palma.

Con un peso que varía desde los 0,750 Kg. a los 15 Kg., convirtiéndolo en el queso más grande de España y el mayor queso de cabra del mundo. El olor es láctico, con marcados matices a leche de cabra con notas herbáceas y frutos secos en los quesos curados.

El gusto es ligeramente ácido con agradables matices picantes. Los quesos ahumados tienen maravillosas notas a humo y caramelo.



Para más información

QUESO PALMERO
C/. Europa nº 6 - 38710 BREÑA ALTA - La Palma
Tel./ Fax: 922417060 - Móvil: 630792382
quesopalmero@quesopalmero.es
www.quesopalmero.es

El Ron

El **ron** es una bebida alcohólica que se obtiene a partir de la caña de azúcar por fermentación, destilación y envejecimiento. Su mención nos lleva casi inmediatamente al Caribe, a las Antillas, a tiempos de piratas, marineros intrépidos, y aventuras legendarias. Y es que, aunque su origen pueda datarse y rastrearse en otras bebidas parecidas aparecidas en puntos diversos del globo, es en las Antillas donde, tras la introducción de la caña de azúcar en 1493 por Cristóbal Colón, llegó a ser un producto importante.

Así, esta bebida se menciona por primera vez en documentos provenientes de Barbados en 1650, y no es hasta 1661 cuando aparece la palabra 'rum' en una orden emitida por el Gobernador General de Jamaica.

Su consumo se extendió tanto por el resto de colonias americanas, como también por Europa. Y desde entonces, el ron se ha convertido en una de las bebidas preferidas por millones de personas. Se hace ron en Cuba, en República Dominicana, en Estados Unidos, en Venezuela... y también en las Islas Canarias. Combinado o solo, su consumo es uno de los más extendidos en todo el mundo.



Ingredientes para 4 personas

- Bizcocho de soletilla, 14 unidades
- Mermelada de frambuesa, 4 cucharadas
- Plátano, 3 unidades
- Crema pastelera, 1 taza
- Azúcar, 2 cucharadas
- **Ron Aldea**, 4 cucharadas

Charlota de Plátano al Ron

Preparación

- Hacer un almíbar con el azúcar y 4 cucharadas de agua; cocerlo a fuego bajo unos 5-6 minutos.
- Mojar los bizcochos con el ron y el almíbar mezclados.
- Forrar las paredes de 4 moldes pequeños y el fondo.
- Repartir la crema pastelera, la mermelada de frambuesa, 2 plátanos cortados en rodajitas y los bizcochos restantes desmigados.
- Tapar los moldes con plástico de cocina y dejar en el frigorífico varias horas.
- Desmoldar y adornar con el otro plátano cortado en lonchitas caramelizadas.
- Hacer un caramelo claro con 1 cucharada de azúcar y unas gotas de zumo de limón, y pasar las rodajitas de plátano por él, para que no se oxide.

Ron Aldea Los maestros roneros

Ron Aldea está de enhorabuena, han pasado muchos años desde 1936, fecha en la que **Don Manuel Quevedo Alemán**, en la Aldea de San Nicolás de Tolentino en Las Palmas de Gran

Canaria, fundara la vieja fábrica del **Ron Aldea**. Son 75 años de laboriosa trayectoria, que llenan unas páginas de la historia del ron en Canarias. Hoy, en la isla de la Palma, a la cuarta generación nos complace ofrecerles este gran ron, cargado de sabores y recuerdos de la vida de esta familia de maestros roneros.



Para más información

DESTILERÍAS ALDEA S.L.

C/ Puerto Espíndola, 3 - 38720 SAN ANDRÉS Y SAUCES

Isla de La Palma - Provincia de Tenerife - España

Tel.: (+34) 922 45 05 68 - (+34) 922 90 18 31

Fax: (+34) 922 45 26 55

ronaldea@destileriasaldea.es - www.destileriasaldea.es

Sabores y vinos de León

Embutidos, carnes y pescados. Legumbres, fruta, queso, hortalizas y dulces componen los ingredientes de una gastronomía digna de mención. Tanto la variedad de sus productos como el saber hacer en los fogones, sitúan a la gastronomía leonesa como una de las más sobresalientes del país.

Podemos citar tantos platos como zonas, extensos, succulentos, que abarcan desde la gastronomía de la montaña a la elaborada con las truchas de los numerosos ríos que recorren la provincia.

León es tierra de viñedos desde tiempo inmemorial. Junto a los vinos bercianos, la zona de influencia de las riberas del Esla y el Cea, también tiene tradición vitivinícola con noticias desde el siglo XI sobre las cosechas que surtían a los monasterios de Sahagún. Se distingue por su variedad autóctona de uva Prieto Picudo.



Ingredientes para 6 personas

- 1 kilo de carne de añojo
- 1 litro vino tinto **Cassis**
- 2 dientes de ajo
- 1 puerro
- 2 zanahorias
- 1 cebolla grande
- Una ramita de apio
- 10 unidades de pimienta negra en grano
- 3 cucharadas de tomate frito
- 2 tazas de caldo de carne
- 1 ramillete de hierbas aromáticas
- Sal al gusto

Carne Guisada en vino Tinto Cassis

Por cocinavino.com

Preparación

- Lavar y secar la carne; cortarla en dados grandes.
- Mezclar en un cuenco las verduras limpias y cortadas en daditos, los ajos pelados y picados, la pimienta, el vino y la carne.
- Mezclarlo bien y dejarlo marinar de un día para otro.
- Retirar la carne, secarla con papel absorbente y pasarla por harina: calentar el aceite en una cacerola y dorar la carne por todos los lados.
- Añadir las verduras del marinado y dorarlas ligeramente; agregar el tomate frito, el ramillete de hierbas y el líquido marinado y, cocer hasta que el líquido se reduzca a la mitad.
- Agregar el caldo de carne y seguir cociendo a fuego lento 1 hora o asta que esté tierna.
- Pasar la salsa por el chino, rectificar el razonamiento y acompañar con pasta cocida al dente.



Bodegas y Viñedos Casis

Enciende tus sentidos

Desde mediados de los setenta, **Pedro Casis**, enólogo y viticultor con más de cuarenta años de experiencia en el mundo del vino, elabora caldos siguiendo un estricto control desde su origen en viñedos propios hasta su presentación en botella.

Blancos, tintos y rosados de la Tierra de León.

www.bodegascasis.com

Tinta de Toro

La uva Tinta de Toro pertenece a la familia del tempranillo, pero tiene sus características específicas. Es la variedad autóctona de la D.O. de Toro aunque se desconocen sus orígenes. Una tierra con amplia tradición vitivinícola, ya que se considera que fueron los romanos quienes introdujeron la viticultura en la cuenca del Duero. Los testimonios documentales sobre el cultivo de la vid en Toro son numerosos y muy antiguos.

Tras la plaga de la Filoxera en 1870 la variedad Tinta de Toro ancla sus raíces en terrenos arenosos sueltos y bien drenados, conservándose hasta nuestros días la multiplicación del viñedo en pie franco. Una Tinta distinta a las demás, diferente, con sabor local, que se expresa de manera diferente en Toro que la tinta de otros lugares y que es la principal causa de la gran calidad del vino de Toro.



Ingredientes para 4 personas

- Cola de merluza, 1 kilo
- Gamba, 100 gramos
- Jamón serrano, 50 gramos
- 1 pimiento morrón
- 1 huevo duro
- 1 limón
- 50 gramos de almendra picada
- 1 cucharada de queso rallado
- Media taza de vino blanco
- 2 dientes de ajo
- 2 cucharadas de pan rallado
- 6 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cucharadas de perejil picado
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto

Merluza rellena al estilo de Toro.

Por cocinavino.com

Preparación

- Abrir la cola de merluza por un lado y quitarle la espina con cuidado.
- Lavarla bien y secarla con papel absorbente.
- Colocar el pescado en una fuente y sazonarlo con pimienta y sal por todos lados.
- Exprimir el limón y regar la merluza con el jugo.
- Pelar el huevo y picarlo finamente.
- Picar el jamón.
- Lavar un ramillete de perejil, sacudirlo bien y picarlo muy menudo.
- Pelar las gambas y picarlas.
- Poner en un cuenco el huevo, la mitad del perejil, 1 ajo, el jamón, el queso y 1 cucharada de pan rallado.
- Mezclar todo y repartirlo de forma uniforme sobre la cola de merluza.
- Doblar el pescado para darle su forma original y atarla con bramante para que el relleno no se salga.
- Colocarla en una fuente refractaria y repartir el ajo y el perejil restante por encima.
- Espolvorear con las almendras picadas y 1 cucharada de pan rallado.
- Regar con un poco de zumo de limón y 5 cucharadas de aceite.
- Calentar el horno y meter el pescado, dejándolo unos 25 minutos a media potencia.
- Regar con el vino por encima, colocar tiras de pimiento morrón sobre ella y hornear unos 10 minutos más.
- El tiempo dependerá en gran medida del grosor del pescado.



Una bodega fruto del trabajo de **Antony Terryn**, un 'vigneron', francés que ha hallado en Toro y sus mejores pagos la consecución de su sueño de viñedo y de vino.

Vinos artesanos y ecológicos, reflejo de su tierra y exprimiendo todo el potencial de la **Tinta de Toro**.



Para más información

Dominio del Bendito S.L.
Plaza Santo Domingo 8
49800 TORO

Tel.: 980 693 306

gestion@bodegadominiodelbendito.es
www.bodegadominiodelbendito.com

EL SABOR DE NUESTRA CULTURA

Receta del Salmorejo Cordobés



1 Kg. de Tomates de la Huerta del Valle del Guadalquivir



200 grs. de Telera Cordobesa

Limpiar y triturar los tomates, colar para quitar la piel y las pepitas, volver a triturar añadiéndole el pan, el aceite, los ajos y la sal.
Decorar con huevo duro picado y trocitos de jamón serrano.



Maridaje

El maridaje es el arte de combinar platos y vinos para conseguir una armonía de aromas y colores entre cada vino y plato al que acompaña, consiguiendo que uno no solape al otro. Y como todo arte está sujeto a la subjetividad y a los gustos de cada cual.

La relación entre vino y comida es bastante compleja, y hay que tener en cuenta elementos como la textura y el aroma. De hecho, hay regiones que han configurado su acervo gastronómico en relación al tipo de vino que se ha obtenido en esas tierras.

Sin embargo, como decimos, la elección del vino es algo muy personal y complejo. Para ello podemos contar con la ayuda de un profesional, un 'sommelier', que nos puede aconsejar.

Así, para combinar con este **Risotto** que les proponemos, utilizaremos uno de los vinos de **Alella Alta**, en concreto el **Pansa Blanca**.

Un vino blanco ecológico elaborado con la variedad Pansa Blanca (Xarel·lo). Un vino de olor intenso donde predominan los aromas florales, las frutas blancas y las almendras verdes.

En boca se caracteriza por una entrada voluminosa, con un paso de boca fresco y una persistencia que hacen que sea un vino goloso.



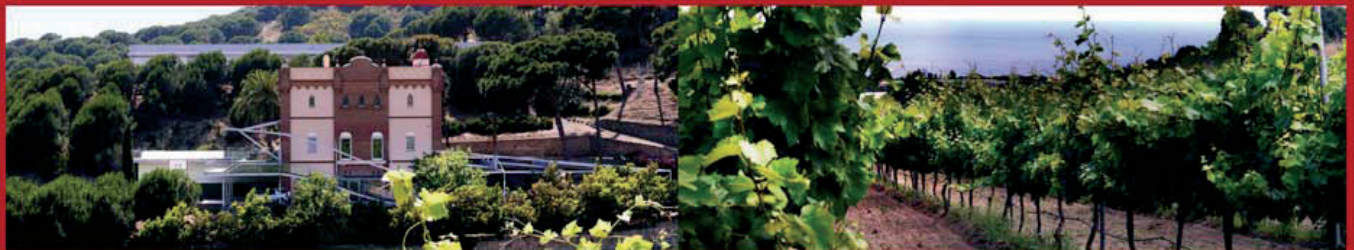
Ingredientes principales

- 300 gr de arroz carnaroli o Arborio.
- Cebolla
- 100 gr de Ceps secos o frescos, según temporada.
- 8-10 Gambas
- 500 ml de fumet de pescado
- 100 gr de queso parmesano
- Aceite de oliva
- Sal

Risotto de Ceps y Gambas

Preparación

- Lo primero que hacemos es pelar las gambas.
- Reservamos los cuerpos pelados por un lado y las cabezas por otro.
- Calentamos el fumet y reservamos.
- Ponemos en el fuego una sartén con un poco de aceite de oliva.
- Echamos las cabezas de las gambas para saltearlas y que suelten todo su sabor, y dejamos reducir.
- Retiramos.
- En la misma sartén, pochamos la cebolla picada y añadimos las setas.
- Añadimos el arroz y rehogamos durante 1 minuto.
- Mojamos con un poco de fumet y lo sazonamos.
- Dejamos evaporar el líquido sin dejar de remover para que el arroz suelte, poco a poco, el almidón.
- Una vez que el arroz absorba todo el caldo, agregamos un cazo de fumet más, removemos y dejamos evaporar.
- Repetimos la operación hasta conseguir que el arroz esté en su punto (aproximadamente tardaremos unos 15-17 minutos).
- En el último momento, ponemos en el fuego una sartén con un poco de aceite y salteamos las gambas.
- Incorporamos el queso parmesano y algunas gambas troceadas al arroz y mezclamos bien.
- Servimos el **risotto** con el resto de las gambas salteadas por encima.



ALTA ALELLA PRIVAT, vinos con D.O. Alella, D.O. Cava y con vocación de transparencia. Descubre... Alta Alella Privat

Disfrutad de nuestros viñedos entre el mar y el cielo, en el Parque Natural de la Serralada de Marina (Alella-Tiana). Basándonos exclusivamente en la agricultura ecológica y a sólo 20 km. de Barcelona. Degustad nuestros vinos y cavas 'transparentes', el fruto de la unión del hombre, tierra, viña y añada, en un entorno único.

Para más información

ALTA ALELLA PRIVAT
 ALELLA - Camí Baix de Tiana - Finca Can Genís
 Tel.: +34 93 469 37 20 - Fax: +34 93 469 13 43
 Móvil enoturismo: +34 628 624 182
 www.altaalella.cat - enoturisme@altaalella.cat
 Facebook: Alta Alella - Cava Privat
 Horario de visitas de lunes a domingo de 10 h a 14 h

Mongeta del Ganxet

Esta 'mongeta', sin duda la más conocida en Catalunya, tiene sus ancestros en Centroamérica.

Posiblemente llegó a nuestra tierra traída por los 'indianos', y por su distribución llegó por el Maresme.

Tiempo después, la variabilidad de la población inicial y la que adquirió por mutaciones y cruces conllevó una selección por el gran número de ambientes que hay en el territorio catalán.

A partir de 1992 la Escola Superior d'Agricultura de Barcelona, inició un programa de caracterización y depuración de la población existente para disponer de material controlado que satisficiera los requisitos de una DOP.

Se estableció así un tipo ideal de 'mongeta' que sumaba la forma plana y muy ganchuda a un elevado contenido de proteína, baja percepción de la piel y cremosidad del cotiledón.

Ingredientes para 5 personas

- 500 gramos de Mongeta del Ganxet seca, de **Can Casamada**.
- 2L de H2O Mineral: si tenemos el agua del grifo con altos índices de Minerales, es perfecta para la cocción de las legumbres en general.
- Chicharrones Caseros de la Piel de la Panceta de Cerdo.



Dos maneras de comer las Mongetes del Ganxet

Elaboración

Comenzaremos explicando cómo hay que cocer esta legumbre típicamente catalana, que podemos usar tanto en recetas de carne como de pescado. Hay diferentes fórmulas para su cocción. Hay quien prefiere ponerlas en remojo la víspera, quien le arranca el hervor con un cuarto del agua a emplear. El resultado es parecido y cada maestrillo tiene su librillo. • Una vez cocidas añadiremos la sal destinada a la proporción de alubias, unos 12 gramos de sal por 1/2 kilo de Alubias secas. • Una vez hervidas, podemos comerlas directamente con unos trozos de panceta o morro frito.

La versión que **Lossum Espai Gastronòmic** os plantea es: dejamos enfriar las legumbres. • Se reincorpora y desprende todo su almidón al agua de la cocción dando un sabor y una textura realmente buena y apreciada. • Posteriormente, las trituramos y conseguimos una textura muy fina y untuosa. • Las servimos en una copa de cristal con los chicharrones encima.

Indicaciones

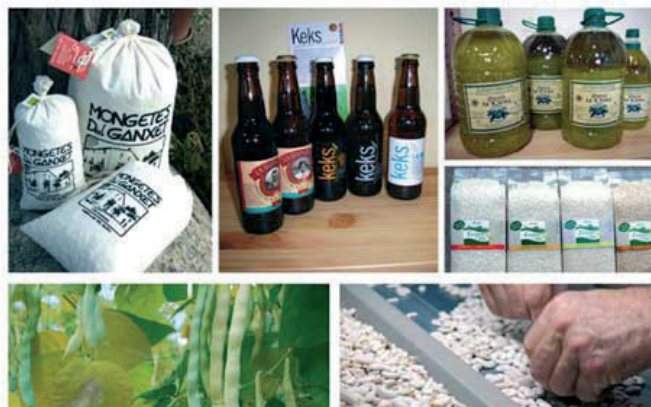
Se trata de una receta sencilla, pero las legumbres, y especialmente la 'Mongeta', no es fácil de cocinar. Sin embargo se trata de un alimento esencial para el ser humano, y muy agradecido debido a su conservación en seco durante largos periodos de tiempo, si las condiciones son las correctas. Las zonas en las que se cultivan se caracterizan por un clima y una localización determinadas.

Can Casamada. Mongetes del Ganxet

Can Casamada son tres hermanos, que siguen los pasos de una familia con 25 generaciones como payeses en esta explotación familiar situada en Castellar del Vallès.

Desde 1988 se dedican a cultivar 'mongetes del ganxet', siendo uno de los promotores de la D.O.P.

Si quieren conocerles, se organizan visitas para disfrutar de la naturaleza en familia o saborear los productos naturales de su Agrotienda.



Para más información

Castellar del Vallès, en la Zona de Can Casamada. En el camino que hay al lado de las pistas de atletismo de la Ronda Tolosa (08211).
Tel.: 607 536 941 / 600 482 919 / 607 165 380
ganxet@cancasamada.cat



En Grupo Estrada Òptics ya tenemos todas las novedades en gafas de sol.



*Asesoramiento profesional de la visión.
Ven al Grupo Estrada ópticos.
Nadie te tratará mejor.*

VIC
ÒPTICA ESTRADA
Plaça Major, 15
08500 VIC
Tel.: 93 886 02 33

VIC
ÒPTICA ESTRADA
Rambla Davallades 6
08500 VIC

VIC
ÒPTICA ESTADI
Pg. de la Generalitat, 34
08500 VIC
Tel.: 93 885 61 55

MANLLEU
ÒPTICA ESTRADA
Av. de Roma 97
08560 MANLLEU
Tel.: 938 510 630

OLOT
ÒPTICA OLOT
C/ Sant Esteve 30
17800 OLOT
Tel.: 972 265 566

Más información en www.grupestrada.com

Seitán

El prejuicio que existe hacia aquellos que quieren de prescindir de la carne en su dieta, por salud o por convicciones, es siempre similar. Tiene que ver con la variedad, con la ausencia de la sensación de disfrutar de la carne, de su sabor, su textura, como si la comida vegetariana fuese 'menos' comida. Sin embargo, la dieta sin carne nos ofrece alternativas muy válidas y saludables. El seitán, por ejemplo. Se trata de gluten de trigo que se obtiene de mojar la masa de harina de trigo con agua para separar el gluten del almidón. Creado hace 5 siglos por monjes budistas en China ofrece un sabor y textura similares a la carne, pero sin grasas saturadas. Ayuda a la reducción del colesterol y puede prepararse frito, asado, rebozado o guisado exactamente igual que la carne... aunque su consumo no está recomendado para personas celíacas.



Ingredientes para 4 personas

- Masa de Crep: 200grs. de harina según la que necesitemos
- 60cc. de leche, 60cc. de H2O, 1 huevo, 20 grs. de Mantequilla, 6 grs. de Sal y 6 grs. de Azúcar
- Un **Seitán Eco** integral artesans
- 2 Sardinas
- Verdura de temporada
- Salsas, Alioli y pasta de Aceituna de Aragón.

Crep, relleno de Seitán Eco integral artesans, sardina, verduras de la Huerta al vapor, alioli sin huevo y Pasta de aceituna de Aragón

Por Joan Sala, del restaurante Lossum

Preparación

Comenzaremos la receta por los Creps, ya que necesitan de unas horas de reposo para conseguir un mejor resultado. • Mezclamos los ingredientes con un brazo triturador. • Primero el líquido, seguido de la harina y el huevo. • Por último, la sal y el azúcar. Según la harina que usemos, necesitaremos más líquido, ya que hay harinas que absorben más humedad que otras. Tenemos que conseguir una textura bastante líquida para que la masa se deslice por la sartén y consigamos que nos quede una masa fina y a la vez resistente. • Una vez elaborados los creps, los reservamos para enrollar. En **Lossum Espacio Gastronómico** utilizan una forma cilíndrica, colocando el seitán en medio, con dos supremas de Sardina, una a cada lado del **Seitán**. • Se puede añadir alioli dentro del crep y el paté de aceitunas por fuera. • Para elaborar este alioli usamos agua, aceite virgen, ajos y Goma Xantana. Ni huevo, ni leche. Hay que mimar la verdura para que tenga las máximas propiedades nutricionales, gracias a una cocción corta y precisa, con enfriamiento en agua y hielo para conservar su color natural.

Indicaciones

- Para montar el plato, enrollaremos los creps con la sardina en su interior y el alioli. • Los coceremos al horno a unos 5 minutos a 180°.
- A la verdura, una vez bien hervida se le puede dar un toque de sartén para dorarlas por un lado.
- Disponemos el crep entero o cortado por la mitad, alrededor colocamos las verduras y lo aliñamos con la pasta de aceituna de Aragón. • Para ser respetuoso con el **Seitán**, mejor no sobrecargarlo demasiado.



Eco Integral Artesans

Una empresa comprometida con el medio ambiente, con la fauna, la flora y el planeta... creando salud sostenible. Una empresa dedicada a la fabricación de proteínas vegetales ecológicas de alta calidad, sirviendo a toda España. Una empresa con una misión: ofrecer una opción de comida sana y natural como alternativa. Seitán, Tofu, Tempeh, Albóndigas, Salchichas, croquetas, pizzas, patés, platos preparados y hamburguesas...



eco integral artesans s.l.u.

Batista i Roca, 5
P.I. Pla d'Enboet
08302 Mataró (Barcelona)
Tel.: 93 757 93 50
Fax: 93 757 94 07

<http://www.facebook.com/pages/ECO-INTEGRAL-ARTESANS/164472107706>

Vinos D.O. Empordà

La gama de vinos ampurdaneses es muy amplia. Sus vinos tintos son de elevada calidad, con cuerpo, bien constituidos y armónicos, en ocasiones matizados por una cuidadosa crianza. Estos vinos de reserva y crianza presentan notas aromáticas muy características, son complejos, de sutil fragancia, con toques de especias, manteniendo siempre los aromas de la fruta y la planta. Una vez en boca se expresan con plenitud, sabrosos y muy agradables.

Se elaboran también vinos blancos frescos y sabrosos, frecuentemente con variedades autóctonas, pero también otros monovarietales de notable calidad. También rosados, caracterizados por un color cereza bien definido, una gran personalidad y aroma delicado, frescos y de graduación alcohólica moderada.

Una singularidad de la zona es la Gamatxa de l'Empordà, vino dulce natural elaborado con la variedad de uva que le da nombre. Generoso, con el sabor propio de la uva madura, cálido y sedoso, virtudes que lo convierte en un vino de postres excepcional, junto con el Moscatell de l'Empordà.

La oferta vitivinícola de la D.O. Empordà se completa con vinos ecológicos, mistelas, vinos de uva sobremadurada y los vinos espumosos.



Ingredientes para 4 personas

- 800 gramos de rape
- 200 gramos de guisantes
- 1 unidad de cebolla mediana
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 500 gramos de mejillón
- 2 dientes de ajo
- Un limón
- 1 taza de vino blanco seco **Terra Remota**
- Una cucharada de harina
- Media taza de caldo de carne
- Azafrán al gusto
- Sal al gusto
- 2 cucharadas de perejil picado

Rape Costa Brava. *Por cocinavino.com*

Preparación

- Lavar y hervir los mejillones hasta que se abran.
- Pelar la cebolla y picarla; rehogarla en una cazuela con el aceite.
- Cuando esté transparente, colocar por encima las rodajas de rape, previamente lavadas.
- Quitar las conchas a los mejillones y ponerlos junto con los guisantes, los pimientos lavados y troceados y 2 cucharadas de perejil picado, sobre el rape.
- Rociar todo ello con el vino blanco **Terra Remota** y sazonar con sal al gusto.
- Meter en el horno previamente calentado, a temperatura moderada (160°) durante 12-15 minutos.
- Machacar los ajos junto con el azafrán, ligeramente tostado, en un mortero; añadir la harina, un poco de caldo y carne y remover.
- Agregar la mezcla del mortero al rape unos minutos antes de finalizar el tiempo de cocción.
- Servir el rape en la misma cazuela y bien caliente.

TERRA REMOTA

Vi de la
Terra Catalana

Els Tallats Km. 6, Ctra. de Capmany
17751 SANT CLIMENT SESCEBES
Girona
Tel.: 972 193 727
www.terraremotacom

Butifarra, por Joan Sala

La **butifarra dulce** es un tipo de embutido tradicional catalán, cuyo origen se encuentra en las comarcas de la provincia de Gerona, donde se encuentran diversas variedades en las carnicerías especializadas de sus localidades.

La receta de la butifarra, como la de otros embutidos de todo el mundo, se remonta a cientos de años atrás, cuando los diversos pueblos se investigaba la mejor manera de conservar los alimentos.

Así la sal, el ahumado, el secado, han sido los primeros elementos utilizados por el hombre en la conservación de los alimentos, de las carnes en este caso. La butifarra dulce deriva de un proceso de conservación a partir del azúcar. Hay dos tipos de curados en su elaboración, pudiéndose consumir fresca o curada, como un salchichón.



Ingredientes para 4 personas

- 2 Butifarras Dulces de 150 grs
- 4 Manzanas a escoger para el consumidor
- H2o
- 1 vaina de Vainilla (Se pueden usar sucedáneos)

Butifarra dulce con compota de manzana a La Vainilla

Por el cocinero Joan Sala

Elaboración

• Empezamos a preparar las manzanas, cociéndolas a nuestra elección, con la finalidad de conseguir una compota de manzana sin azúcar. • Para ello limpiamos primero las manzanas y las cortamos. • A media cocción añadimos la vainilla. • Nutricionalmente, es mejor no alargar mucho su cocción ya que cuanto más la cocinemos menos nutrientes va a tener. • Una buena forma de hacerlo es cocer la manzana con su propia piel y semillas, triturarla muy fina y colarla en un colador fino también. Tendrá el triple de proteínas, nutrientes y fibras. • Para la cocción de la butifarra, la forma tradicional de cocinarlas consiste en primero sumergirlas en un dedo de agua en una sartén. • Cuando el agua de la sartén esté prácticamente reducida, querrá decir que su cocción está prácticamente finalizada. • Podemos dejarla dorar un poco, añadir unas gotas de aceite o si se quiere mantequilla. • Como toque de autor, podemos aromatizar el agua de cocción o desglasar la sartén (limpiar la sartén para extraer el máximo sabor de las reacciones de mellar), con un destilado de la manzana, como pudiera ser un Calvados.

Indicaciones

• El plato en el que serviremos puede ser en formato tapa o en bandeja para 4 personas. • Al ser especialmente dulce, con media butifarra es suficiente. • Aromatizamos con la vainilla pero también puede hacerse con canela. • Existen varias recetas tradicionales catalanas con carne picada de cerdo y manzana. • El licor o destilado puede ser un buen elemento para contrastar, como también puede serlo el limón.

El Graner, tradición actual

No hay más que echar un vistazo para apreciar que los embutidos de **El Graner** son fruto de la paciencia y la calma empleadas en un entorno familiar con más de 40 años de tradición y que es la seña de L'Empordà. Contando con unas modernas instalaciones, un metódico sistema de elaboración y una atención personalizada, sus productos pueden llegar a cualquier punto de la Península en inmejorables condiciones mediante un servicio de logística frigorífica. Desde **El Graner** le ofrecen la tradición al día, deleitando los paladares de quienes gustan de disfrutar de los productos de la tierra.



Para más información
C/ Santa Llogaia, 17
17740 VILAFANT - Girona
Tel.: 972 67 22 22
www.elgraner.net
info@elgraner.net



Vinos dulces

El vino dulce es una de las distintas variedades de los licores extraídos de la uva, que, usualmente circunscrita al mundo de los postres, puede combinarse también con otros platos. Así, si hablamos del maridaje un vino dulce va bien con comidas dulces, reforzando ambos los sabores.

También puede ir bien con comidas ligeramente saladas. Y como elemento mismo de la receta, lo podemos utilizar para realzar el sabor de los más diversos platos.

Como se imaginarán, el vino dulce no proviene de uvas 'dulces'. Entre los componentes de la uva tenemos ácidos, taninos, ferroles, pigmentos, aromas y azúcares. Y son estos azúcares los responsables de obtener vinos dulces. Así, un vino de mesa, se deja fermentar hasta que está seco.

Es decir el azúcar se transforma por efecto de las levaduras del alcohol. En el caso de los vinos dulces, se suele tener un 15% de azúcar que no ha llegado a transformarse en alcohol.

Podemos obtener vinos dulces de muchas maneras, o dicho de otra forma, podemos aumentar la concentración de azúcar y que a su vez no se convierta en alcohol, de muchas maneras.



Ingredientes para 4 personas

Para la compota de manzana y vainilla

- 2 manzanas golden.
- 75 gramos de azúcar.
- 1 vaina de vainilla.

Para las manzanas

- 2 manzanas golden.
- 100 gramos de azúcar.
- 200 gramos de agua.

Para la crema catalana de leche de oveja ripollesa

- 250 ml de leche de oveja ripollesa del mas marcè de siurana d'empordà.
- 50 gramos de azúcar.
- 2 yemas de huevo.
- 10 gramos de almidón de maíz.

Otros ingredientes

- 250 ml de encanteri.
- 50g de azúcar para caramelizar.
- 40g de láminas de almendra tostada.
- Pétalos de flores y hojas de stevia.

Timbal de manzana de Girona con Crema Catalana y reducción de Encanteri de Can Sais, de Pep Nogué www.pepnogue.cat

Preparación

- Comenzamos haciendo la compota de manzana y vainilla, pelando las manzanas y poniéndolas a cocer cortadas en dados pequeños en una cazuela con el azúcar, la pulpa de vainilla y un poco de agua. cuando estén blandas, trituradlas que queden en un puré bien fino y reservar.
- Seguidamente, preparad las manzanas. En una cazuela ponemos agua y el azúcar para hacer un jarabe ligero. A parte, pelad las manzanas y cortadlas en láminas bien finas. Escaldadlas medio minuto en el jarabe. Dejadlas enfriar un momento y envolved un forro de savarin con la manzana. Reservar.
- Elaborad la crema catalana poniendo a hervir la leche. Mezclar las yemas con el azúcar y el almidón. Cuando la leche arranque a hervir, tirad la preparación de las yemas y devolvedla al fuego, mezclando durante un minuto. Pasar por un colador y llenar los moldes. Cerrad los moldes con la misma manzana y poner en la nevera.
- Reducir lentamente el vino encanteri en el fuego hasta que coja una textura más densa. Reservar.
- A la hora de servir, sacar los 'timbals' del molde y se espolvorean con azúcar, se queman con un instrumento de quemar cremas y se pone en el centro una cucharada de compota de manzana y vainilla, y por encima unas láminas de almendras tostadas. acabar el plato con un cordón de encanteri reducido.
- Se puede decorar con pétalos de flores comestibles y hojas de stevia.

Viñas y bodegas - Macizo de les Gavarres

Celler Can Sais es una pequeña bodega familiar de larga tradición vitivinícola, remontándose sus orígenes a finales del siglo XVII. Hoy, es la única y más antigua que se mantiene en la Vall-llòbrega, ubicada en la parte alta del pueblo en la antigua masía de **Can Sais**, en unas modestas y sencillas instalaciones donde se elaboran y madura todos sus vinos de calidad. Con una filosofía basada en el respeto por el entorno y la obtención el producto más natural posible, **Can Sais** elabora vinos con la Denominación de Origen Empordà.

Para más información

C/ Raval de Dalt, 10 - 17253 VALL-LLOBREGA -Girona
Tel.: 647 443 873 / 972 318 033
correu@cellercansais.com - www.cellercansais.com

Can Sais Encanteri 03

Dulce de racimos sobremadurados por podredura noble con pasificación en la viña y envejecido cinco años en botas.



El Suquet

Pocos platos tan mediterráneos como el 'suquet de peix', que podríamos traducir como 'jugo de pescado'. El 'suquet' es un guiso de distintos pescados sobre una salsa ligera.

Hay tantas variantes como pescados tiene el litoral. Se considera que su origen tiene que ver con la costumbre de los pescadores que, al acabar su jornada y a pie de barca, elaboraban un guiso sencillo para el que utilizaban los pescados que habían quedado maltrechos por las manipulaciones de la pesca y que ya no podrían vender y los aderezaban con la salsa.

Así, el término 'suquet' hace referencia al jugo que tras la elaboración del guiso se puede disfrutar, un jugo muy gustoso que se enriquece con otros ingredientes, desde la picada que es una mezcla de ingredientes también tradicional en la cocina catalana, hasta la patata.

La patata es justamente el elemento que diferencia el 'suquet' y la zarzuela, además de que ambos platos se originaron a partir de diferentes estratos sociales.

Un plato que nos invita a soñar con reuniones de amigos, en un ambiente cálido y agradable, disfrutando del rumor del oleaje, saboreando todo lo bueno que este nos ofrece.



Ingredientes para 3/4 personas

- 1,5 Kg de rape o besugo
- 8 gambas
- 8 cigalas

- 350 grs .de patatas
- 1l. de caldo para 'suquet de peix'

Casa Carriot

Suquet de peix de Roses

Preparación

Vamos a elaborar un 'suquet' de calidad excepcional, en sólo 30 minutos, digno de un auténtico chef.

- Para empezar, echamos un poco de aceite de oliva en una cazuela.
- Sofreímos las patatas peladas y cortadas a trozos pequeños, durante 5 minutos.
- En el mismo cazo, añadimos el Brou per a suquet de peix **Casa Carriot** -muy cómodo, porque contiene pescado de Roses, "picada" y sofrito- y lo dejamos cocer a fuego medio durante hasta que las patatas estén cocidas.
- Para terminar, añadimos el pescado, lo tapamos y lo dejamos cocer todo junto, entre 8 y 10 minutos.

Origen etimológico

El suquet es un plato tradicional de la cocina marinera catalana, balear y valenciana. Viene de "suquejar" que en catalán significa soltar jugo.

LA COCINA DE LOS SENTIDOS



www.casacarriot.com

Productes Alimentaris Macau, S.L.

C/ de la Font 1 - 17495 Palau Saverdera - Tel. +34 972 53 08 50 - info@casacarriot.com

Cebolla

La cebolla y su utilización en la dieta del hombre es antiquísima, de tal forma que es un componente básico para la alimentación del género humano. Se cree que el origen de la planta se halla en el Asia Central y que su 'domesticación' se encuentra de forma simultánea en varios lugares hace más de 5000 años. Se apreciaba especialmente que fuera más perdurable que otros alimentos, fácil de transportar y su cultivo era factible en distintos tipos de suelo y climas.

Chinos, indios, israelitas, griegos ya la utilizaron de las más diversas maneras, tanto para la alimentación, como para usos ornamentales o medicinales. Son los romanos quienes la introducen por toda Europa y el gran Apicius la incluye en muchas de sus fórmulas gastronómicas. De hecho, la conocida salsa provenzal no deja de ser la variante de una receta de aquellos tiempos. La cebolla sirvió para paliar muchas épocas de hambruna, siendo un elemento clave para el sustento de las clases más desfavorecidas.

Por último, pocos alimentos tienen el honor de ser protagonistas de unos versos tan famosos como los que le dedicó el poeta Miguel Hernández, en su 'Nana de la cebolla'.



Ingredientes

- 4 cebollas de Figueras. **Falgàs-Bagué**
- 4 lomos de rape
- 50 gramos de piñones
- Aceite
- Perejil
- Pan tostado
- Media botella de cava Brut

Rape con cebolla y cava

Preparación

- Cortamos la cebolla a rodajas.
- La ponemos a cocer en una cazuela con aceite de oliva unos 5 minutos.
- Añadimos el cava para cubrirla y la dejamos que se vaya haciendo a fuego bajo hasta que se reduzca el cava.
- Ponemos la cebolla reducida al fondo de una plata del horno.
- Ponemos los cortes de rape encima.
- Esparcimos los piñones sobre el rape con un poco de pan tostado y un chorro de aceite de oliva.
- Lo horneamos a 160 grados unos 20 minutos.

Presentamos el plato

- Hacemos un lecho con la cebolla.
- Ponemos el rape con los piñones dorados por encima.
- Y lo adornamos con unas hojas de perejil.

Falgàs-Bagué. Calidad para su mesa

Empresa familiar con más de 80 años de historia, dedicada desde Sant Jordi Desvalls en Girona a la comercialización de ajos de la comarca y cebollas de la zona de Figueres. Con el tiempo se ha transformado en una empresa de compra-venta de patatas, cebollas y ajos nacionales y de importación.



FALGÀS-BAGUÉ

COMERC DE PATATES I CEBES



Para más información

FALGÀS-BAGUÉ, S.L.- Carretera Figueres, 8
7134 LA TALLADA D'EMPORDÀ - Girona
Tel.: 972 780 149 - Fax: 972 780 540
info@falgasbague.com

Horario: De lunes a viernes de 08:00 a 13:00 y de 15:00 a 19:00 h. - Sábados de 08:00 a 13:00 h.

Nueces

Las nueces son el fruto del nogal. En Europa crece tanto a nivel del mar como en las montañas de climas templados más húmedos, pero nunca con heladas o temperaturas muy bajas.

Probablemente es originario de Asia Menor y el Sudeste Asiático, y en España existen vestigios de su existencia en el Paleolítico.

Las nueces son una importante fuente de energía para nuestro cuerpo y son muy aconsejables en los periodos de estrés, así como se recomienda su consumo para embarazadas, niños y ancianos. También se recomienda para la prevención de enfermedades cardiovasculares y degenerativas, así como para reducir el colesterol, tanto el bueno como el malo.

Su consumo en crudo es el más extendido aunque algunas de ellas, como las de Macadamia, pueden tostarse o caramelizarse. Si se compran peladas, deben dejarse en un recipiente estanco, ya que el contacto con el aire las enrancia muy rápidamente.



Ingredientes para 4 personas

- 150 gramos de endibia
- 200 gramos de manzana Golden.
- 350 gramos de lombarda
- 40 gramos de **Nueces de Palau** peladas
- 1 ramillete de cebollino
- Medio limón
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharada de mostaza
- Sal al gusto
- Pimienta blanca molida al gusto

Ensalada con manzana y nueces.

Por cocinavino.com

Preparación

- Cortar la lombarda en juliana, lavarla y escaldarla 2 minutos en agua hirviendo; colar y dejarla escurrir muy bien.
- Lavar las endibias y picarlas.
- Pelar las manzanas, quitarles el corazón y cortarlas en cuadritos.
- Mezclar en un cuenco la mostaza, el zumo de limón, la sal y la pimienta.
- Para montar la ensalada, colocar la lombarda en el centro de los platos con las endibias y la manzana.
- Regar con el aliño preparado, adornar con el cebollino picado y las nueces troceadas.



Nueces de Palau, con nombre propio

Para más información
PASTÓ GARCÍA, S.L.
Avda. Pau Casals 39
25243 EL PALAU D'ANGLESOLA - Lleida
Tel. 973 601 892 - www.nousdepalau.com

El chocolate

Hoy no concebimos nuestra vida sin disfrutar, de vez en cuando al menos, del inconfundible sabor (o sabores) del chocolate. Sin embargo, hubo muchos, mucho siglos en la historia europea en la que no conocíamos el chocolate, ya que es tras el descubrimiento de América cuando este alimento llega a Europa.

Procedente de Centroamérica, sobre el origen del vocablo 'chocolate' existen diversas teorías, que le hacen derivar del maya o del nahuatl (idioma de los aztecas). Sobre la importancia del chocolate, y sobre todo, del cacao con el que se prepara da cuenta que las semillas de cacao eran atizadas como moneda de cambio. Utilizada como bebida alimenticia o como medicamento, pero no como una fuente de placer, y muy popular en España, no es hasta el siglo XIX cuando en Turín el italiano Doret solidifica el chocolate y en 1819 se crea la primera fábrica de chocolate en Suiza. Desde entonces, el chocolate ha sido utilizado como elemento insustituible de nuestra alimentación por su inconfundible y atractivo sabor... o sabores. Porque chocolates hay muchos: negro, blanco, con leche, chocolate de repostería, el chocolate a la taza... y todos ellos buenísimos.



Ingredientes para 5 personas

- 4 Manitas de cerdo partidas por la mitad.
- Verduras (zanahoria, puerro, cebolla), ajo, tomate, laurel.
- 6 Gambas Rojas Mediterráneas frescas.

Para la Gelatina

- Media Tableta de chocolate **Jolonch** 250grs.
- 300 ml del caldo de la cocción de las manitas.

Manitas de Cerdo con gamba Roja y su gelatina de Chocolate Jolonch

Por el cocinero Joan Sala.

Preparación

- Primero hervimos las manitas con las verduras, 1 cabeza de ajos, 2 hojas de laurel, sal y pimienta. • También podemos añadirle un cuarto de chocolate a la piedra **Jolonch**.
- Mientras hierven a fuego suave como mínimo 3h, dependiendo del tamaño de las manitas, preparamos las gambas peladas y, sin las cabezas, las reservaremos para la posterior elaboración del cilindro de manitas con gamba. • Una vez hervidos los reservaremos en el agua, ya que tienen que estar blanditos para poder deshuesarlos mejor y que nos sea más fácil el montaje del plato. • Una vez transcurrido el tiempo suficiente para poder deshuesarlos, cuando tengamos la carne limpia y con la ayuda del plástico antiadherente, dispondremos una capa de plástico y colocaremos la carne de forma que las gambas queden en el interior y lo enrollamos sistema "Maki sushi" nombre que recibe un tipo de sushi japonés. • Dejaremos enfriar de manera que podamos cortar en la forma que nos apetezca. • Recomendamos hacer trozos de unos 6 cm. • Podemos dorar en la plancha o sartén antiadherente preferiblemente, por la parte redonda. • Con el plástico podemos dorarlo igualmente, en el momento de servir con la ayuda de unas tijeras cortamos y lo retiramos.

Para la Salsa Con todos los huesos y las verduras del caldo, lo tostamos un poquito y le añadimos el caldo de la anterior cocción de las manitas. • Reservando una parte para la gelatina de chocolate siempre podemos añadir un poquito más de agua para la salsa. • Dejamos a fuego lento que vaya reduciendo unas 3 parte.

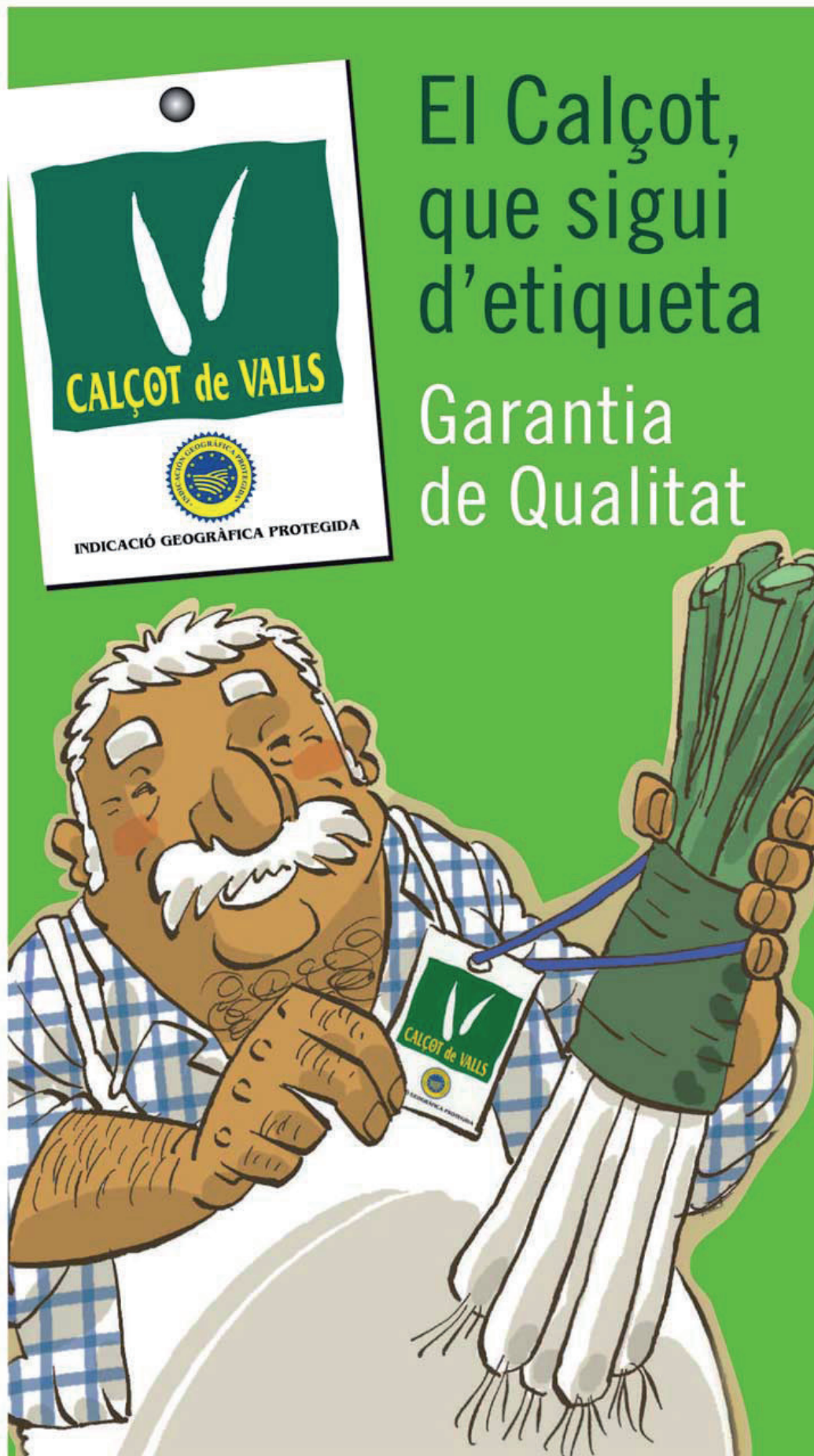
Indicaciones Para el montaje del plato colaremos la salsa, cortaremos unos dados de gelatina que habremos elaborado y enfriado para poder cortarla y los cilindros de manitas ya dorados, los colocamos de la manera que creamos que según el plato usado vaya a quedar mejor, salseamos intercalando daditos de **Gelatina de Chocolate Jolonch**.

Chocolates Jolonch

Para más información

Tel.: 973 390 113 - www.jolonch.com

Chocolates Jolonch lleva ya nueve generaciones fabricando chocolate ininterrumpidamente, siempre de forma tradicional. Garantizando el desarrollo completo del proceso dentro de sus instalaciones: desde la selección, torrado y molido del cacao, hasta el final. Hoy, su oferta incluye tanto especialidades clásicas (chocolate a la piedra, de leche y avellanas...) como las más recientes creaciones ("+ cacau").



El Calçot, que sigui d'etiqueta Garantia de Qualitat

Calçots de Valls

Vivir una **'calçotada'** es una experiencia que nos reconforta y nos reconcilia con el ser humano. Todos juntos, en comunión, en torno a una comida, compartiendo, riendo, disfrutando. Se trata de una de las manifestaciones gastronómicas más representativas de Cataluña, originaria de Valls, en la provincia de Tarragona.

Su gran protagonista es el **'Calçot de Valls'**, una variedad de cebolla blanca tierna que actualmente cuenta con Indicación Geográfica Protegida. Solo los ejemplares que presentan esta distinción garantizan con total seguridad el mejor sabor y una gran calidad.

La mejor época para degustar una buena **'calçotada'** es a partir de inicios de otoño y durante todo el invierno, especialmente en los meses de noviembre y abril.

¿Cómo hacer una buena **'calçotada'**?

Los **'calçots'** se someten a una llama viva y constante para que queden bien hechos. Para degustarlos, se mojan en una salsa especial (romesco, por ejemplo) y se acompañan bien con carne de cordero o con longanizas de Valls.

Y recuerden, en compañía de amigos y familiares, sabe mucho mejor.

www.igpcalçotdevalls.cat



HORTUS
APRODISCA^e

agricultura · alimentación · gastronomía ecológica



Los productos ecológicos HORTUS se elaboran en APRODISCA, una entidad con sede social con sede en Montblanc (Tarragona), que desde el año 1986 trabaja para mejorar la calidad de vida y la inserción sociolaboral de las personas con discapacidad intelectual, enfermedad mental y/o con riesgo de exclusión social.

Ensalada Corylus con avellanas ecológicas

Por el chef de Hortus Aprodisca

- Ingredientes**
- Mezclum ecológico (escarola, canónigos, achicoria roja)
 - Picada de avellanas tostadas ecológicas variedad 'negreta' Hortus Aprodisca cultivadas en nuestra finca del Camí de la Serra de la Selva del Camp (Tarragona) en Aceite de Oliva arbequina virgen extra ecológico Hortus Aprodisca.
 - Salsa Romesco ecológica Hortus Aprodisca
 - Mermelada de tomate picante ecológica Hortus Aprodisca
 - Queso de cabra ecológico
 - Zanahoria ecológica en juliana
 - Remolacha ecológica en juliana

HORTUS APRODISCAE

C/ Josep M. Poblet 1 - 43400 MONTBLANC - Tarragona

Pedidos: hortus@aprodisca.org

Tel.: 977 86 07 68 - Fax: 977 86 07 76

www.hortusaprodisca.org



Arroz Bomba

Por **arroz bomba** se conoce a una variedad de arroz de grano redondo y corto de unos 5mm de longitud y 2,1 de ancho, especialmente indicado para la cocina mediterránea.

Una de las características esenciales de este arroz es que el grano se expande en longitud hasta dos veces su tamaño inicial. Gracias a la enorme absorción de líquido del que es capaz, almacena un intenso sabor. Además, presenta una gran resistencia al empastado, evitando que se abra durante la cocción.

Suele ser uno de los granos de más valor y de los más apreciados por los cocineros. Y por los consumidores. Junto a su gran sabor, el **arroz bomba** durante el proceso de cocción queda entero y suelto, ofreciendo una agradable sensación además a la vista y al paladar.

Arroz de morcilla

Por Mey Hoffmann

Un plato de aromas contrastados con ingredientes muy característicos de la zona mediterránea. Puede cocinarse tanto con morcilla como con butifarra.



Receta 4 personas

- Jamoncitos de pollo y conejo
- 2 muslos de pollo sin piel
- 2 muslos de conejo
- 8 dl. de aceite de oliva virgen
- 100 g. de tocino ibérico en macedonia
- Tomillo, sal y pimienta.

Sofrito de cebolla, espárragos y espinacas

- 250g. de cebolla Ciselée
- 2 dientes de ajo Ciselés
- 100g. de espárragos trigueros (reservar las puntas)
- 1 ñora en juliana
- 30g. de aceitunas negras de Aragón
- 100g. de espinacas
- 2l. de fondo de ave
- 1/2 guindilla
- Sal, pimienta negra de molinillo, pimentón dulce y azúcar

Arroz

- 320g de arroz bomba 'Illa de Riu'

Acabado y presentación

- 1c.s. de aceite de oliva virgen
- 80g. de arroz bomba 'Illa de Riu'
- 300g. de sofrito
- Tocino salteado
- 2 rodajas de pollo de 1cm de grueso
- 2 rodajas de conejo de 1cm de grueso
- 3 rodajas de morcilla de 0,5cm de grueso
- 1 diente de ajo.

Preparació

- Ante todo preparar los muslos de conejo y pollo sin piel y deshuesados. • Salpimentarlos y sazónarlos, espolvorear con tomillo y romero. • Darles forma de jamoncitos y atarlos.
- Dorar ligeramente en el aceite de oliva virgen los daditos de tocino. • Retirar de la sartén, dejar escurrir y reservar. • En la materia grasa que ha quedado, dorar los jamoncitos de pollo y conejo. • Retirar de la sartén y reservar hasta su uso.

Preparación

- Dorar en la materia grasa de la preparación anterior la cebolla con el azúcar, añadir el ajo y rehogar. • Añadir los espárragos cortados a láminas, la ñora previamente remojada y las aceitunas negras deshuesadas y rehogar. • Cortar las espinacas en chiffonnade, es decir, enrollarlas y cortarlas finamente, de tal forma que queden unas tiras de unos 3mm de ancho. • Añadir a la preparación anterior y rehogar (el rehogado de todos los ingredientes debe hacerse muy lentamente). • Añadir la sal y dejar rehogar un segundo para que se integre bien. • Mojar con el fondo de ave, llevar a ebullición y espumar. • Cocer 15 minutos y rectificar la condimentación.

Preparación

- En una sartén de cazuela de cobre individual, anacarar el arroz con el aceite de oliva virgen. • Mezclar bien el sofrito que teníamos ya preparado y mojar con el arroz. • Añadir el tocino salteado y cocer unos 10 minutos. • Mientras, cortar los jamoncitos en rodajas de 1 cm. y la morcilla en rodajas de 5mm de grueso. • Repartir las rodajas de pollo, conejo, morcilla y las puntas de espárrago sobre el arroz y proseguir la cocción en el horno durante unos 8 minutos. • Aparte preparar una mezcla compuesta por 1 diente de ajo triturado con aceite de oliva virgen y, una vez cocido el arroz y antes de servirlo, pincelar las carnes con un poco de esta mezcla.



'Illa de Riu', el arroz de aquí que quieren en todo el mundo

SAT El Pantar cultiva sus arroces Bomba, Carnaroli y Bahía y algunas variedades más en la finca familiar 'Illa de Riu' en Sant Jaume d'Enveja, en el margen derecho del Delta del Ebro.

Desde hace casi 100 años, un cultivo muy especial, del que se obtiene un arroz muy sensible.

Para más información:

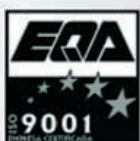
S.A.T. EL PANTAR - 'Burjasenia'
43896 L'ALDEA - Tarragona - España
Tel.: 977 45 05 94 - Fax: 977 45 17 11
info@illaderiu.com - www.illaderiu.com



Aceites y vinagres únicos



TAGORNAR



AGROLES



MIEMBROS DE:



Fundación
Dieta Mediterránea

VERGE DE MONTSERRAT, 29
25400 LES BORGES BLANQUES - LES GARRIGUES - LLEIDA - ESPAÑA
Tel.: Oficina Comercial 973 700 801
www.agroles.com

Aceite de Oliva Virgen Extra

La legislación de la Unión Europea distingue cuatro categorías comerciales de aceite de oliva. El aceite de orujo de oliva, el aceite de oliva, el aceite de oliva virgen y el aceite de oliva virgen extra.

Este último es el tipo de aceite de máxima calidad, se obtiene directamente de aceitunas en buen estado únicamente por procedimientos mecánicos, con un sabor y olor intachables y libres de defectos, no pudiendo sobrepasar su grado de acidez los 0,8°.

La puntuación organoléptica, dada por un panel de cata cualificado, debe ser igual o superior a 6,5 puntos. Hay tres subtipos de aceite de oliva virgen extra:

Monovarietal, obtenido a partir de una única variedad de aceituna.

Coupage, producido a partir de diversas variedades.

Denominación de Origen (D.O.): generado a partir de aceitunas procedentes de una determinación aérea geográfica, donde se elabora y embotella.



Ingredientes

- 1 lomo de atún de 200g.
- 2 tomates
- escarola
- sal gruesa
- aceite de oliva **Mesae**
- cebollitas en vinagre
- cebollino
- vinagre de vino
- puré de aceitunas negras

Ensalada de atún rojo de l'Ametlla

Por Toni Bru de Celler de l'Aspic, Falset

Preparación

- Se coge el lomo de atún, limpio de piel y espinas y se cubre de sal gruesa durante 8 h.
- Después se limpia bien y se corta en trozos bien finos.
- En el momento que se coloca en el plato, se ponen por encima unos dados de tomate sin piel ni semillas, un poco de cebolla picada en vinagre, una pizca de cebollino picado y unas hojas de escarola al lado.
- Se aliña con el vinagre de vino, sal, el aceite **Mesae** y unos puntos de puré de aceitunas negras.

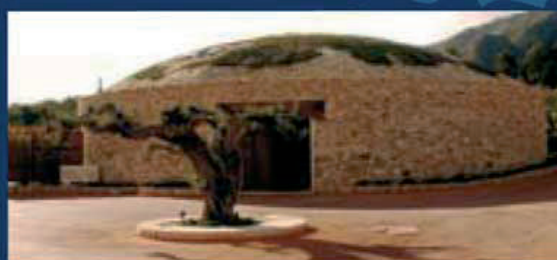


El Priorat es una tierra con unas condiciones excepcionales para el cultivo del olivo.

La familia **Miró Cubells**, con un compromiso firme con la naturaleza, con la calidad y el trabajo bien hecho, basándose en la agricultura ecológica, ha conseguido crear aquí el mejor aceite virgen extra.

Para más información

MIRÓ CUBELLS S.L.
43373 CABACÉS - Priorat
Tels.: 626 997 447 / 690 248 518 / 977 839 399
fernando@molideloli.com - www.molideloli.com



DAMA DE ELAIA

ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA ECOLÓGICO
ACEITE DE FINCA DE CALIDAD DIFERENCIADA

www.damadeelaia.com

Producido y embotellado en la propiedad Producció Ecològica Roca Cabrera, S.L.
Apdo. Postal nº 1 XERTA-Tarragona-España



All i oli

Una de las salsas más típicas de la gastronomía mediterránea, formada por la emulsión de aceite de oliva y ajo. Allíoli, en catalán, ajolio en Aragón, ajoaceite en zonas de Murcia o Albacete y la comunidad Valenciana. También existen variedades en Francia e Italia, así como en zonas de África. Su origen parece remontarse a los romanos, que lo adaptaron de los egipcios y lo generalizaron por Italia y Sicilia. A su vez, los musulmanes de la Península Ibérica lo extendieron por Europa. Sin embargo, parece ser que los íberos ya lo conocían y consumían.

Acostumbra a acompañar a platos típicos catalanes como las 'mongetes' con butifarra, el conejo a la brasa, o las carnes a la brasa en general. En arroces y paellas levantinas, como el arroz a banda. Y también para acompañar a pescados como el bacalao, calamares, sepia, gambas, verduras, patatas asadas, el caldero murciano...

Se suele servir a parte, en un cuenco o un mortero, pero también puede presentarse gratinado. Ante la dificultad de que emulsionen ambos elementos, en muchos recetarios se incluye una yema de huevo al principio o bien se construye una mayonesa, con ajo. Si eso es o no es allíoli... doctores tiene la iglesia.



Ingredientes

- Ajo
- Aceite de oliva virgen extra Tagornar
- Sal

Auténtico all i oli hecho a mano

Por *El Cocinero Andaluz*

Elaboración

- La elaboración del **Allioli** es muy sencilla, solo hay que pelar los ajos, picarlos lo más pequeño posible, echarlos al mortero y junto a un poco de sal y machacarlos hasta que se hagan puré.
- Una vez hecho puré el ajo empezamos a echar **Aceite Virgen Extra Tagornar** muy poquito a poco, como un hilo continuo a la vez que seguimos machacando y moviendo la maza o mano del mortero.
- La teoría es muy fácil pero la práctica es otra cosa. Si queremos que salga bien, debemos:
 - No echar aceite hasta que el ajo esté totalmente machacado.
 - Comenzar echando un finísimo hilo de aceite a la vez que machacamos y movemos
 - Continuar echando aceite muy poco a poco, con paciencia
 - No echar más aceite si no va montando el que estamos echando.

Tagornar. El gusto propio

El **Mas del Senyor** es el nombre de nuestra propia finca de olivares de 180 ha. situada entre Bovera y la Granadilla, en pleno corazón de la comarca de Les Garrigues. En estos terrenos se encuentra el monte Tagornar, que da nombre a la marca. En esta finca, de larga tradición olivarera, se producen especiales y característicos, dignos y propios del territorio.

La gama de productos **Tagornar** son de tal elevada calidad que los hace excepcionales. Junto al **Aceite de Oliva Virgen Extra, Tagornar** también ofrece **Vinagre de Jerez Pedro Ximénez, Vinagre Chardonnay, Vinagre de Garnacha Reserva y Aceto Balsámico de Módena.**



Verge de Montserrat, 29
25400 LES BORGES BLANQUES
Les Garrigues - Lleida - España
Tel.: 973 700 801 - www.agroles.com

AGROLES



Tomate de colgar Tomata de penjar

El tomate de colgar es un producto típico de la localidad de Alcalà de Xivert, diferenciado con otras clases de tomates por su calibre, piel, color, larga duración de conservación y su modo de elaboración artesanal. Es en la primera mitad del siglo XVI cuando llega el tomate España, y se extiende rápidamente por la franja mediterránea, dada la idoneidad de su clima para el cultivo de la hortaliza.

Es a partir de los años 40 del siglo pasado cuando el cultivo del tomate de colgar ha ido adquiriendo un carácter tradicional, que junto al cuidado artesanal de los cultivadores y a las particularidades geológicas y climatológicas del término de Alcalà de Xivert, han conseguido diferenciar sustancialmente este tomate de los que se producen en otras zonas de la cuenca mediterránea.



Ingredientes para 4 personas

- 12 anchoas en salmuera
- 250 gramos de tomates de **Tomata de Penjar**
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 150 gramos de pan
- Perejil al gusto
- 2 pepinillos en vinagre
- 30 gramos de cebollitas en vinagre

Tostas con anchoas y tomates de Tomata de Penjar. *Por cocinavino.com*

Elaboración

- Lavar las anchoas bajo el chorro de agua fría, quitar la piel con cuidado, extraer la espina y separar los dos lomos; colocarlos en un plato, cubrir con una capita fina de aceite y dejarlos 24 horas.
- Cortar el pan en rebanaditas finas y tostarlo.
- Lavar los tomates, secarlos y cortarlos en rodajas delgadas.
- Colocar sobre cada tostada rodajas de tomate y los lomos de anchoas.
- Adornar con los pepinillos, las cebollitas y el perejil picado.
- En el momento de servir, regarlas con un hilillo de aceite de oliva virgen.



El tomate centenario

La **Tomata de Penjar** d'Alcalà de Xivert se distingue por su sabor dulce, intenso y único de su pulpa generosa y rica en agua.

Provinientes de un paraje de huertas que se extiende entre el mar y la montaña, donde los frutos de la tierra maduran al sol y a la brisa fresca de un clima mediterráneo templado.

La **Tomata de Penjar** es el resultado de una manipulación y un cultivo tradicionales que, cosecha tras cosecha, ofrecen los mejores sabores.

Para más información

ASOCIACIÓN DE PRODUCTORES Y COMERCIALIZADORES DE LA TOMATA DE PENJAR D'ALCALÀ DE XIVERT
C/ Santa Bàrbara 6 - Apartado de Correos 45
12570 ALCALÀ DE XIVERT (Castelló) - Móvil 661 854 295
alcala@tomatadepenjar.com - www.tomatadepenjar.com



Aceite de La Serena

La Serena es una comarca situada al este de la provincia de Badajoz que tiene desde hace siglos un nombre y un pasado unidos a una institución de las más antiguas del país, como era La Mesta.

Para el desarrollo del olivar en la zona, ha sido de vital importancia el reparto de las tierras que a lo largo de la historia han estado en poder de los nobles con grandes latifundios.

La primera referencia escrita que tenemos del olivar en la zona acogida por la **D.O.P Aceite de Monterrubio** data del 1791, en el libro Viajes de la Serena, de Antonio Agúdez Fernández.

El aceite utilizado en esta receta es un magnífico ejemplar de notas amargas pero con mucha potencia y muy agradable paso en boca.

Un sabor que nos traslada a esta tierra de olivos y alcornocales, entre jaras y monterías.



Ingredientes para 5 personas

- Para la Sopa de aceite **Monterrubio**
- 200cc de Aceite • 200cc de agua mineral
- 4grs de Goma Xantana • 1gr de sal
- triturar y dejar reposar mínimo 4 horas.
- 5 Huevos Ecológico
- 200 grs. de pan desmigado para las migas crujientes.
- Chips de Ajo

Huevo escalfado de Corral, crujientes de migas y sopa de aceite **Monterrubio**

Por el cocinero Joan Sala

Preparación

• Empezamos con la preparación de las migas crujientes. • Desmenuzamos el pan, lo humedecemos poco a poco y mientras, freímos unos ajos, que contando con el pan que vamos a utilizar, con 4 dientes es suficiente. • El proceso es laborioso, pero lo podemos agilizar si compramos el pan ya desmenuzado. También se venden precocinadas, pero la sensación de preparar uno mismo el plato es irremplazable. • Podemos empezar a cocer los huevos a una temperatura concreta, 45 minutos a 65 grados. • Freímos las migas. • Lo podemos hacer de varias maneras: con bastante aceite y fuego fuerte y poco tiempo, o bien hacerlas a fuego suave, con poco aceite que quedan más ligeras. • Preparamos la sopa de aceite **Monterrubio** con la ayuda de un triturador mezclamos los ingredientes antes nombrados provocando una emulsión rápida y sencilla con el puro sabor del aceite **Monterrubio de la Serena**. • Para ir finalizando la receta nos hacen falta unos chips de ajo que cortaremos a láminas finas y los freiremos poco a poco para conseguir que se doren y queden crujientes. • Una vez tengamos los huevos cocidos y las chips de ajo, procedemos a terminar el plato.

Indicaciones

• Es necesario un plato hondo y una jarra para servir la sopa. • Pelamos los huevos y los disponemos directamente en el plato de servicio, previamente calentado, cubriéndolos con una cucharada de migas crujientes. • La mitad de ellas en el plato y la mitad encima del huevo. • Disponemos las chips de ajo y está prácticamente listo para servir. • Un plato básico y sencillo al que se le pueden añadir infinidad de sabores y contrastes.

Denominación de Origen Protegida “ACEITE MONTERRUBIO”

El aceite certificado por la **D.O.P Aceite Monterrubio** es un aceite procedente principalmente de las variedades Cornezuelo y Picual. Estas variedades confieren al aceite unas características organolépticas inigualables.

Un aceite Virgen Extra de color amarillo verdoso, de gran estabilidad, sabor afrutado, aromático, almendrado y ligeramente picante.

Producido, elaborado y envasado al este de la provincia de Badajoz, en las comarcas de La Serena, La Siberia y Campiña Zur, a una altura entre los 300 y los 80'0 metros de altitud.



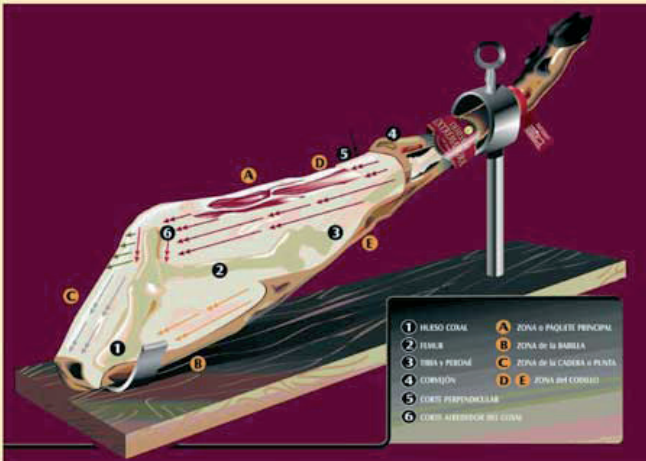
Para más información D.O.P. Aceite Monterrubio

C/ Nicanor Guerrero 9 - 06427 MONTERRUBIO DE LA SERENA - Badajoz
Tel./Fax: 924 635 371 - www.aceitemonterrubiodop.es

Decálogo para el buen corte del jamón ibérico

La **D.O.P. 'Dehesa de Extremadura'** ofrece diez sencillos consejos para cortar y degustar correctamente el jamón. El **Consejo Regulador de la Denominación de Origen Protegida (D.O.P) 'Dehesa de Extremadura'** presenta el decálogo para el buen corte del jamón ibérico. En primer lugar, para su conservación, sólo se necesitará un lugar fresco y seco, preferentemente colgados o sobre un jamonero. Sin embargo, para su degustación, se necesitan buenos instrumentos, un poco de orden, habilidad y ante todo, un buen jamón ibérico.

Para su correcta ejecución, la **D.O.P. 'Dehesa de Extremadura'** aconseja seguir estas sencillas normas:



1. Cortar y servir El consumo del jamón siempre será a temperatura ambiente, nunca frío. Además, las piezas deben cortarse justo antes de ser servidas.

2. Fijación y comodidad Es fundamental colocar la pieza en un soporte jamonero que proporcione una buena fijación y comodidad al cortador. Se recomienda un soporte con la base muy pesada o bien cualquier sistema de fijación que permita así mayor estabilidad.

3. Tipo de cuchillos Para preparar, limpiar y pelar el jamón se utiliza un cuchillo rígido y de hoja ancha. Para el corte de lonchas -y exclusivamente para ello- se utiliza un cuchillo jamonero de hoja estrecha, larga y flexible. Es fundamental para un buen corte que este cuchillo esté muy bien afilado, por lo que se recomienda no utilizarlo para otros menesteres.

4. Pelar según se va consumiendo Consiste en desprender del jamón

parte del tocino de cobertura, de cuero y de la costra formada por mohos y exudos naturales del proceso de secado y maduración. Se inicia con un corte perpendicular a la pata y circular al corvejón, después se harán cortes tangenciales por ambos lados. Si el jamón se va a consumir en poco tiempo se pelará entero, si no es así, conviene ir pelando según se va consumiendo. Se recomienda guardar la primera loncha gruesa -de 1 a 1,5 centímetros- de cobertura grasa, para cubrir la superficie de corte. Así ayudamos a mejorar su conservación, evitando que se reseque.

5. Inicio del corte según el tipo de consumo Si se va a consumir rápidamente, o se desea un corte más vistoso, se comenzará la pieza por la zona principal, más jugosa e infiltrada. Para un consumo más lento, se recomienda comenzar por la zona de la babilla para evitar que al final pueda quedar excesivamente reseca.

6. Cortes paralelos Los cortes serán siempre paralelos entre sí, siguiendo -independientemente de la zona en que se empiece- el sentido que va desde la pezuña hasta la cadera o punta, y una vez en esa zona, el sentido del corte será hacia abajo, dejando siempre a la vista una superficie plana, nunca cóncava, hasta llegar al hueso.

7. Lonchas casi transparentes Las lonchas deben ser muy finas, casi transparentes, abarcando el ancho de la pieza y sin ser más largas de 6 o 7 centímetros. Todas las lonchas llevarán grasa intramuscular para hacerlas más jugosas. Para ello es conveniente afilar el cuchillo muy a menudo.

8. Raciones en una sola capa Cuando se corta el paquete principal -pezuña hacia arriba- se aconseja combinar, en cada ración, lonchas de la zona principal, de la cadera o punta y del codillo. En el plato, las lonchas se disponen en una sola capa; si acaso con un ligero solapamiento entre ellas.

9. Taquitos La carne arimada a los huesos, que no puede cortarse en lonchas, sino en tiras y trozos irregulares, son excelente complemento en numerosos platos e incluso para consumirse en "taquitos".

10. Aprovechar los huesos Los huesos cortados con sierra en trozos de 10 a 12 centímetros, servirán para elaborar exquisitos caldos.



Consejo Regulador D.O.P 'Dehesa de Extremadura'

Los jamones y paletas amparados por la **D.O.P. 'Dehesa de Extremadura'** se producen en las dehesas situadas en las provincias de Cáceres y Badajoz, un valioso ecosistema que se ha conservado en gran medida gracias al cerdo ibérico, que encuentra aquí el hábitat ideal para su desarrollo. La labor primordial del Consejo Regulador es controlar la producción y elaboración de los jamones y paletas acogidos dentro la marca **'Dehesa de Extremadura'** y garantizar al consumidor final que está adquiriendo un producto cuyas características son inconfundibles: forma exterior alargada y estilizada; color característico del rosa al rojo púrpura; sabor delicado, poco salado o dulce; aroma agradable y lleno de matices; textura

poco fibrosa, y grasa brillante, aromática y de grato sabor. Cada cerdo tiene 8 hectáreas para alimentarse y cada jamón cuenta con 3 años de curación, de ahí que los jamones de la **D.O.P. 'Dehesa de Extremadura'** sean únicos.



Para más información

Europa Press Comunicación: 91 359 26 00
Patricia Cano: patriciacano@europapress.es
Silvia Mullor: silviamullor@europapress.es
www.dehesa-extremadura.com

Jamón Ibérico

El jamón ibérico procede del cerdo de raza ibérica, originaria de la Península Ibérica, admitiéndose como mínimo un 50% de pureza de la raza para poder llamarse 'jamón ibérico'.

Así, cuando hablamos de jamón a secas, nos referimos al jamón serrano.

Las principales características que distinguen los jamones ibéricos en su calidad derivan de la pureza de la raza de los animales, de la cría en régimen extensivo de libertad, de la alimentación y de la curación.

La alimentación del cerdo es tan importante, que el jamón ibérico se clasifica básicamente según la cantidad de bellota que haya consumido antes del sacrificio.

Así, la clasificación oficial permitida es: Jamón Ibérico de Cebo, Jamón Ibérico de Cebo Campo, Jamón Ibérico de Recebo y Jamón Ibérico de Bellota.

Las denominaciones de origen reconocidas por la UE son Jamón de Huelva; Los Pedroches; Jamón de Guijuelo y Dehesa de Extremadura.



Ingredientes

200 gramos de **Jamón Ibérico Monsalud**

200 gramos de tomate

1 ajo

3 cucharadas de aceite de oliva virgen

8 rebanadas de pan

Tostas de Ibérico Monsalud y Tomate. *Por cocinavino.com*

Preparación

- Cortar el pan en rebanaditas finas sesgadas para que queden alargadas y tostarlas en el horno o en un tostador.
- Cortar uno de los extremos del ajo y untar las tostadas con él.
- Pelar los tomates y rallarlos o picarlos muy menudos.
- Repartir el tomate sobre las tostadas, rociar con el aceite y colocar el jamón sobre ellos, cortdoen lonchas muy finas ligeramente enrolladas.

MONSALUD



www.monsalud.es
927 380 163
info@monsalud.es

PURO IBÉRICO DE BELLOTA
MONTÁNCHÉZ - EXTREMADURA



Pulpo

El pulpo a la gallega, o pulpo a feira, es un plato tradicional de Galicia y constituye uno de los estándares gastronómicos por excelencia de nuestra cocina. Aunque hoy en día su consumo se ha extendido por toda España, se trata de un plato que se elabora preferentemente en las ferias, fiestas y romerías y son las mujeres, las pulpeiras, las encargadas de prepararlo.

Como todos los platos tradicionales, el pulpo y su cocción tiene una liturgia particular. El limpiado, su cocción preferiblemente en una olla de cobre, golpearlo varias veces para ablandarlo, su introducción tres veces en agua hirviendo en lo que se llama el asustado. En Galicia, como decimos, todo esto se hace en plena calle, en el lugar en el que se desarrolla la romería.

Y junto al pulpo, el resto de elementos. Los cachelos –patatas cocidas, con abundante aceite de oliva, el inefable pimentón y algunos granos de sal gorda.

Si queremos que el servicio sea completo, lo presentaremos en un plato de madera de poca profundidad.

Todo un clásico de nuestra cocina, abierto a un sinfín de posibilidades en su sencillez.



Ingredientes para 5 personas

- Elaboraciones con **Pimentón Molino de La Vera**
- Texturas de pimentón (Gelatina, aire, seco, galleta)
- Pulpitos limpios unos 500grs

Para el cocido de pulpo:

- Ajo, cebolla y patatas
- Sal, pimienta en grano, laurel, H2O
- Vino Blanco, podemos usar Txacolin, Xarel.lo, Albariño, etc.
- Aceite de oliva Virgen extra

Texturas de Pimentón Molino de la Vera Sierra de Gredos con cocido de Pulpo encebollado. *Por el cocinero Joan Sala*

Preparación

• Esta receta está inspirada en el pulpo a feira, en una versión algo más minimalista. • Empezaremos sofrriendo los pulpitos previamente limpios. • Una vez empiezan a encogerse añadiremos dos dientes de ajo y seguidamente la cebolla, la pimienta, el laurel y la sal. • Lo rehogamos con 100ml de vino, dejamos reducir y añadimos 200ml de agua. • Dejamos cocinar hasta que los pulpos estén tiernos. • Por otro lado vamos preparando las diferentes texturas con el pimentón **Molino de la Vera, Sierra de Gredos**. • Preparamos ahora una masa de crumble -o masa de galleta- salado de pimentón, gelatina en la base del plato también de pimentón y acabaremos con un merengue aéreo de pimentón. • Las patatas las herviremos a parte. • En el restaurante **Lossum** nos gusta hervirlas con la piel previamente lavadas y cocidas. • Las pelamos y preparamos un puré chafado con tenedor y mantecándolo con un poco de aceite de oliva virgen extra.



Pimentón El Molino de Gredos, la tradición es calidad



Todo el pimentón de **Espicias El Molino de la Vera** es un producto libre de gluten, y apto por tanto para celíacos. Así consta en los listados anuales de la FACE (Federación de Asociaciones de Celíacos de España).

Para más información

ESPECIAS EL MOLINO DE LA VERA
C/. La Iglesia 1
10480 MADRIGAL DE LA VERA - Cáceres
Tel.: 927 56 56 00 - Fax: 687 421 725
evaquero@elpimenton.com

Pimentón de la Vera

El pimentón de la Vera es un producto con Denominación de Origen, resultante de la molienda de pimientos rojos de las variedades Ocales, Jaranda, Jariza, Jeromín y Bola.

Se cultiva y elabora en la comarca de La Vera, en la provincia de Cáceres, Extremadura. Un producto de sabor y aroma ahumados debido al proceso de secado al humo de los pimientos.

Su origen se encuentra en el cultivo de pimiento para pimentón es introducido en La Vera en el siglo XVI por los monjes Jerónimos del Monasterio de Yuste. Sólo el microclima de la Vera, la tradición más ancestral y el legado transmitido de padres a hijos ha conseguido crear una joya de la naturaleza que siempre aportará, como condimento imprescindible, un sabor característico a todos sus platos y preparados.



Ingredientes para 4 personas

- 800 gramos de bacalao desalado (lomo)
- 2 cucharadas de aceite de oliva virgen
- 6 dientes de ajo
- 2 cucharadas de vinagre de Jerez
- 1 cucharadita de **Pimentón Caballo de Oros**
- 2 cucharadas de harina
- 1 cucharada de perejil picado

Bacalao al Pimentón Caballo de Oros

Por cocinavino.com

Preparación

- Calentar la bandeja de dorar en el microondas durante 7 minutos.
- Añadir el aceite y conectar 2 minutos más.
- Mientras tanto, escurrir bien el bacalao, escurrir bien el bacalao (que había estado en remojo durante 24 horas, cambiando el agua cada 8 horas), secarlo y rebozarlo en harina.
- Poner el bacalao en la bandeja con el aceite caliente y conectar 10 minutos, dándole la vuelta a la mitad de la cocción.
- Retirarlo y colocarlo en una bandeja de servir.
- Seguidamente, añadir los ajos cortados en láminas al aceite del bacalao e introducir de nuevo la bandeja en el microondas, durante 5 minutos.
- Por último, retirar del microondas, añadir el pimentón **Caballo de Oros** y el vinagre, mezclar bien y verter todo sobre el bacalao.
- Espolvorear con perejil picado y servir.



El Caballo de Oros, marca registrada desde 1938, guarda lo mejor de la tradición. Tres generaciones de esta empresa familiar han trabajado para elevar nuestro producto a la categoría de delicatessen, siendo merecedores del premio **Extrema Selección 2010** otorgado por la **Junta de Extremadura** como el mejor **Pimentón de la Vera con Denominación de Origen Protegida**.

Sabor y tradición para la alta cocina

PREMIOS EXTREMA SELECCIÓN 2010

SEÑA DE EXTREMADURA

Se otorga el presente certificado que acredita la obtención del Premio Extrema Selección 2010 al mejor pimentón con la DOP PIMENTÓN DE LA VERA

a la empresa: HIJOS Y SOBRINOS DE PEDRO SÁNCHEZ S.L

Merida, 22 de noviembre de 2010

EL CONSEJO
JUAN MARÍA VÁZQUEZ GARCÍA

Aroma. Color y Sabor

Hijos y Sobrinos de Pedro Sánchez, S.L.

Avda. d la Constitución 68 - 10400 JARAIZ DE LA VERA - Cáceres - Tel.: 927 46 00 00 - correo@caballodeoros.com

Las algas

Las **algas** tienen compuestos que, por sus propiedades físico-químicas, las hacen muy útiles para la elaboración de numerosos platos: ensaladas, postres, sopas... además de darles consistencia, las algas refuerzan el gusto de los platos y los hace más nutritivos.

De uso muy extendido sobre todo en la gastronomía oriental, en nuestro entorno su uso parece haber quedado reducido en ocasiones a las dietas vegetarianas o las propuestas más sofisticadas a cargo de reconocidos chefs.

Sin embargo, el uso de las algas es algo que los pueblos del mar han conocido de toda la vida, y la industria alimentaria cada vez recurre más a ellas para extraer de ellas diversos productos.

Sus usos en la cocina son múltiples. Cada una de las variedades disponibles en el mercado, con sus propiedades particulares, su gusto definido y diversidad de texturas y colores pueden ser un ingrediente más de los platos más variados.

Ejemplos de **algas** comestibles son: Kombu, Gim, Nori, Hijiki, Karengo, el llamado Espagueti del Mar, y el Cochayuyo, en los países del sur del Pacífico.

Ingredientes para 10 personas

Para las algas

25 g de espagueti de mar deshidratado Porto-Muiños
25 g de wakame deshidratado Porto-Muiños
25 g de agar-agar deshidratado Porto-Muiños
25 g de musgo de Irlanda deshidratado Porto-Muiños

Para las hortalizas

2 pepinos
1 zanahoria
2 ramas tiernas de apio
Sal

Para el marinado

500 g de caldo de dashi
50 g de vinagre de vino blanco
35 g de azúcar

Para emplatar

Algas preparadas (elaboración anterior)
Hortalizas preparadas (elaboración anterior)
Marinado (elaboración anterior)
20 g de sésamo blanco tostado



Sunomono de algas y hortalizas

Elaboración

Algas preparadas

• Hidratar en agua abundante el espagueti y wakame durante 10 minutos y el musgo durante 5 minutos. • El agar-agar lo dejaremos dentro del agua hasta el momento de aliñar las algas. • Cocer el resto de algas durante 4 minutos en agua hirviendo a punto de sal, escurrir y refrescar con agua y hielo, volver a escurrir y guardar en la nevera.

Hortalizas preparadas

• Pelar y cortar el pepino en trozos largos de 0,5 cm de grosor. • Pelar y cortar la zanahoria en rodajas de 0,2 cm. • Pelar y cortar el apio en rodajas de 0,4 cm. • Sazonar de sal bien el conjunto y dejar durante 10 minutos. • Limpiar las verduras en agua para extraer la sal y secar sobre un papel absorbente de cocina.

Marinado

Mezclar los 3 ingredientes y guardar en la nevera.

Presentación

• Mezclar todos los ingredientes y macerar en la nevera durante 1 hora.
• Disponer el sunomono en un plato con unas cucharadas de marinado.
• Añadir un poco de sésamo blanco tostado por encima.

Porto-Muiños

Las verduras del mar

“Algas, las verduras del mar: un mundo por descubrir”. Verduras de las frías aguas del Atlántico. Fuente de fibra, vitaminas y minerales. Nuevos sabores, colores y texturas.



PORTO-MUIÑOS
LAS VERDURAS DEL MAR

Para más información

Polígono de Acevedo, parcela 14 - 15185 CERCEDA- A Coruña
Tel.: 981 688 030 - Fax: 981 688 031
info@portomuiños.com - www.portomuiños.com



Vermut

Uno de esos pequeños placeres que aún podemos permitirnos, se encuentra en reunirnos con unos amigos un día de asueto y dedicarnos a divagar sobre lo divino y lo humano, mientras el buen tiempo lo permite, saboreando un vermut.

La hora del aperitivo es sagrada para muchas personas, y el vermut su acompañante indispensable.

El vermut se compone de un vino blanco macerado y aromatizado con hierbas, cuyo origen se remonta a la época de Hipócrates. Él fue quien creó el vinum absinthitum, el padre del vermut actual, que se utilizaba como tantas otras cosas con fines medicinales.

Pero es en el norte de Italia donde el vermut toma su auténtica dimensión a partir de los finales del vino XVIII, en Torino, de la mano del licorista Antonio Carpano y en el siglo XIX, y fueron los hermanos Luigi y Giuseppe Cora quienes le dieron a la fabricación de vermut un carácter industrial.

Aunque, todo sea dicho, el origen etimológico de la palabra vermut proviene del alemán 'wermut' que significa ajeno.

Aunque es en Italia donde el vermut ha adquirido un mayor prestigio, y son sus marcas las más conocidas por el público en general.



Ingredientes para 5 personas

- 1 lata de Mejillones en Escabeche **Ramón Franco**
- 200 Grs de Patata "Cachelos" Fritas
- 1/2- Docena de Aceitunas con pepinillo y cápsula de Vermut Casero

El Vermut de los Domingos

Preparación

En ocasiones, los cocineros tienden a pensar que aquello que está enlatado no tiene la misma calidad que lo que no lo está. Pero hay productos sorprendentes, como los mejillones **Ramón Franco**, que simplemente con abrir la lata ya presentan unas sensaciones fantásticas. Para esta receta utilizaremos un mejillón grande, con una cocción perfecta y unas notas realmente caseras.

El laurel, el pimentón... son muy sutiles y lo que debe primar es el sabor a mejillón, a yodo, a mar. Y para acompañarlos se ha elegido dos productos muy de la tierra, la aceituna y la patata frita. Acompañando siempre con notas de vermuth o algún gran vino blanco de las tierras de Galicia.

Indicaciones

Desde **Lossum** se ha querido elaborar una receta creativa, a partir de un producto como la conserva **Ramón Franco**, elaborada con gran cariño y delicadeza. La manipulación del mejillón, triturándolo o transformándolo hubiera sido una falta de respeto para el producto, por lo que se ha preferido tratar cada mejillón sin romper su esencia. Se podría haber elaborado también de esta manera una sopa fría, o una pipirrana Andaluza o añadiéndolos a una fideuá, por ejemplo.



R
Ramón franco
Artesano Conservero

RAMÓN FRANCO
Artesano Conservero
Punta Saleira 25
15940 POBRA DO CARAMIÑAL
A Coruña - España
Tel.: +34 981-830174
Fax: +34 981-830402
comercial@ramonfranco.com

Las galletas marineras

Las Galletas marineras, también llamadas Pan Marino, Pan de Barco o Bizcocho de Barco, fueron la solución para el abastecimiento de los grandes buques desde el siglo XV para conservar el pan en las largas travesías, de forma natural. Elaboradas en la Península, llegaron a América del Sur en las diferentes expediciones marinas y se introdujeron en la dieta habitual de la población de muchos países bajo el nombre de galletas "marineras".

Actualmente podemos decir que se trata de una forma más de elaboración y presentación del pan, muy innovadora tanto en la presentación como en lo referente a sus cualidades de conservación, sabor y versatilidad culinaria.



Ingredientes para 4 personas

Para el caldo

- 1/2 Kilo del pescado especificado a continuación.
- 2 cucharadas de aceite de oliva.
- 1 cebolla.
- 3 dientes de ajo.
- 150 ml de vino blanco.
- 1 tomate (opcional)
- 2 litros de agua.
- Pimentón, laurel, hinojo de mar o algas.

Para el tomate confitado

- 2 tomates.
- 10 gr. de sal.
- 20 gr. de azúcar.

Para el aire de orujo

- 300 ml. de orujo.
 - 200 ml de H₂O
 - 1/2 clara de huevo
- (En **Lossum** usamos clara de Huevo liofilizada)

Sopa de Mar con Bogavante, aire de orujo de hierbas y mil hojas de "Galletas Marineras Daveiga" con tomate confitado a baja temperatura

Preparación

- Para la sopa de mar:** • 1/2 kilo de pescado por 2 litros de agua, manteniendo esta proporción si hacemos más cantidad. • En una olla colocamos el pescado elegido y lo sofreímos con dos cucharadas de aceite de oliva hasta que se empiece a pegar a la olla. • A continuación lo desgrasamos, de esta manera ayudamos a desprender de la olla todos los aromas y matices del tostado del pescado. • Para desgrasar podemos triturar una cebolla, tres dientes de ajo, 200ml de vino blanco de Galicia (albariño, godello o ribeiro) pudiendo agregar un tomate, pero sabiendo que ya es el ingrediente principal del plato.
- Para la elaboración de la receta:** • Hemos optado por la carne del bogavante. • Lo hemos cocido sumergiéndolo en el caldo tres minutos sin que el caldo hierva. • Se puede perfumar con pimentón, laurel, hinojo de mar o algas (opcional).
- Para el tomate confitado:** • Cortamos 2 tomates en rodajas de un centímetro de espesor. • Se colocan en una bandeja antiadherente o con un papel de horno. • Lo sazonamos con 10grs de sal y 20 grs. de azúcar. • Se coloca al horno durante dos horas a 80 grados y lo dejamos enfriar.
- Para el aire de orujo:** • Disponemos de un recipiente cuadrado 300ml. de orujo y 200ml. de agua y lo mezclamos con media clara de huevo. • Lo emulsionamos con la ayuda de un brazo triturador creando una espuma rígida y consistente.

Galletas marineras especial canapés

Las galletas marineras especial canapés de **Daveiga** están especialmente indicadas para la elaboración de canapés, dada su forma original y su resistencia a la absorción de la humedad, que permite que estas no se ablanden con el paso de las horas.

Se presentan con tres sabores naturales lo que facilita su versatilidad culinaria: Mantequilla, Aceite de Oliva y con alga wakame, estas dos últimas con certificado de producción ecológica.

Para más información

LUGAR DA EVIGA, SLL
Tel.: 982 44 02 22 - Fax: 982 44 08 21
galletas@daveiga.es
www.daveiga.es



Cañas Fritas de Pastelería Cerviño, calidad sin aditivos



Las cañas fritas de la orensana **Confitería Cerviño** gozan de una merecida fama a través de toda la geografía española. Un postre exquisito que combina la crujiente dureza de la caña con la deliciosa suavidad de la crema. Se emplean para su elaboración materias primas de calidad superior.

Para más información

C/ Mosquera, 38 - 32500 CARBALLIÑO (Orense)
Tel.: 988 270 844
www.cañasfritascerviño.com

La masa, suficientemente descansada, se estira hasta el espesor idóneo enrollando pieza a pieza, todo ello por procedimiento manual.

Posteriormente se procede a su fritura y se retiran de la freidora en su punto adecuado, extrayendo la caña en caliente, pieza a pieza. Se cubren de azúcar y ya están listas para rellenar y degustar.

La crema pastelera con la que se rellenan no incluye ningún conservante aditivo y se consume en un plazo máximo de 24-36 horas.



DAPORTA
PRODUCT OF GALICIAN MOUTHS OF RIVER

Conservas Daporta. Siéntese, relájese y disfrute



Para más información

Avda. de Castrelo 88 - 36630 CAMBADOS - Pontevedra - Tel.: 986 520 111
info@conservasdaporta.com - www.conservasdaporta.com

Espárrago de la Rioja... Espárrago de Navarra

La Rioja está incluida en la IGP Espárrago de Navarra, junto a la Comunidad Foral que le da nombre y a varios municipios de Aragón. Este distintivo de calidad ampara el espárrago fresco y en conserva.

Los espárragos destinados a conserva pueden presentarse enteros o cortados, pelados o no, y serán de las categorías Extra y Primera, envasados y esterilizados mediante el empleo de calor, en envases herméticamente cerrados.

El espárrago acogido a la IGP destaca por su grosor, presenta una coloración muy blanca, apenas se aprecia fibrosidad y su textura es muy suave y de gran finura.

El proceso de transformación y elaboración se lleva a cabo con sumo cuidado, con sutileza, para mantener al máximo las características propias del espárrago.



Receta para cuatro personas

- 350 gr de hojas de espinacas
- 16 Espárragos de Navarra
- 150 gr de huevas de salmón
- Aceite de oliva virgen extra
- Vinagre de manzana
- Azúcar • Sal

Espárragos en conserva

Preparación

- Lavar y secar las hojas de espinacas.
- Hacer una vinagreta batiendo el aceite, el vinagre, la sal y el azúcar.
- Emplatar colocando las hojas de espinaca, 4 espárragos troceados, las huevas de salmón y aderezando con la vinagreta.

Desde 1880, pioneros en elaboración de conservas artesanas

Conservas Serrano

Utilizando materias primas de la mejor calidad, obtenidas del corazón de la huerta riojana, con un tratamiento continuamente artesano. Conservando todo su sabor natural.



Para más información

Conservas Serrano - Pol. Ind. Viacampo
Camino de la Ribera, s/n - 26500 CALAHORRA - La Rioja
Tel.. 941 130 386 - Fax: 941 135 629 - info@conservasserrano.es



TEATRO VENATORIO
Y COQUINARIO GALLEGO

ARTE DE LA CAZA, centrada a las varias especies venatorias, así de polo como de pluma, que se crean o asocian en el antiguo REINO DE GALICIA

por JOSÉ MARIA CASTROVIEJO Y BLANCO-CICERON

GRABADO EN SUZUKI HONDA Y CALA DEL SEÑOR DE SUZUKI Y SUZUKI DE AVICAR, QUICHUANO DE SUZUKI

ARTE DE COCINA, referida a las maravillosas especies, según las uvas habidas en el expresado Reino como más deliciosas al buen gusto del paladar

por ALVARO CUNQUEIRO Y MORA MONTENEGRO

GRABADO EN SAN VICENTE ESTO. Y GRABADO POR LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE VARIAS CUBIENAS ESTADUNIDENSES

Libro además un EPÍLOGO GALIZATO

por EMILIO ÁLVAREZ BLÁZQUEZ
Trabaja en Mateloga y Canto de Jorján, por la Academia Tolosa

Obras acompañada con unas hermosas xilografías elaboradas en tej expresamente para ella

por E. C. RICART

MAESTRO GRABADOR CATALÁN. PRIMERA SERIE DE LA ÚLTIMA EXPOSICIÓN NACIONAL DE BELLAS ARTES

En Voz Con las LECTURAS OCCASIONALES:
Por los Maestros: LUIS VIGIL GONZALEZ Y JOSÉ M. ÁLVAREZ BLÁZQUEZ
A costa de EDUCACIONES MONTESEY

Humo en la recámara
Historias del Savoy

José Luis Alvite



Teatro Venatorio y Coquinario Gallego, de J.M. Castroviejo y Álvaro Cunqueiro. Descubre el mundo de la caza y la cocina gallega de un modo exquisito. El epílogo rescatado de Emilio Álvarez Blázquez pone la guinda a una obra de las de verdad, con el aroma de la buena prosa y la sabiduría de los autores curtidos. Once xilografías del maestro grabador catalán E. C. Ricart., aportan un valor inigualable a la presente edición. Según los prologuistas Fausto Galdo y Guillermo Escrigas es el más hermoso libro de "gastrosofía" gallega jamás escrito.

José Luis Alvite vuelve al Savoy con *Humo en la recámara*. Sarcástico, mordaz y sutil, como siempre, el periodista gallego nos presenta una vez más su particular mundo.

Tras el éxito obtenido con *Historias del Savoy*, *Almas del nueve largo* y *Áspero y Sentimental*, ÉzaroEdiciones apuesta de nuevo por José Luis Alvite, singular e irónico periodista y comunicador gallego, y publica ahora un cuarto libro en el que recopila nuevos artículos que Alvite escribe para el diario *La Razón*. En *Humo en la recámara* el autor continúa recreando un mundo de personajes fascinantes (entre los que se encuentra "Al" el alter ego del autor) que combinan la tradición de la novela negra con la actualidad. A través de sus personajes, el autor acerca al lector a un mundo nocturno de humo, jazz y mujeres fatales, en el que conviven las coristas y los matones, las actrices olvidadas y los perdedores. El Savoy es un escenario imaginario, un bar donde Alvite presenta sus particulares reflexiones sobre temas tan diversos como la música, el sexo, las mujeres o la familia a través de metáforas imposibles cargadas de ingenio.

ÉZARO

www.ezaroediciones.com

Distribución: UDL Libros. Nacional II, salida 23, carretera M-300, km 26,5 Nave logística, 2. 28802 Alcalá de Henares. Tel.: 91 882 32 80. Fax: 91 880 06 58. info@udllibros.com / www.udllibros.com

Historias del Savoy

José Luis Alvite

Prólogo de Carlos Herrera
Epílogo de David Gistau



Almas del nueve largo
Historias del Savoy

José Luis Alvite

Prólogo de Lorenzo Díaz
Epílogo de Perfecto Conde



Áspero y sentimental

José Luis Alvite



Quesos de Campo Real

Campo Real es un pequeño pueblo situado en el llamado 'Corredor del Henares' y que durante muchos años fuera lugar de descanso de la realeza, de donde le viene el nombre.

Con una amplia tradición pastoril, todavía hoy se pueden contemplar los rebaños de ovejas pertenecientes en su mayor parte a la raza manchega, en perfecta convivencia con las especies autóctonas como la Negra Colmenareña y la Rubia del Molar, recorriendo los campos de rastrojo y el matorral. Esta tradición fue el motivo por el que un grupo de ganaderos apostaran por llevar a cabo la cooperativa ganadera Castellana de ganaderos.

Con un método de producción artesanal, pero sin dar la espalda al mercado han ampliado su gama desde el excelente Queso Viejo, que tan buena acogida tiene entre las familias, o el Queso Campo Real, conservado en aceite de oliva virgen, un clásico de los aperitivos.



Ingredientes para 6 personas

- 200 gramos de queso de cabra **Campo Real**
- 200 gramos de queso Gruyère
- 200 gramos de queso manchego tierno **Campo Real**
- 200 gramos de queso tetilla
- 2 cucharadas de mantequilla
- 5 cucharadas de pan rallado


Brochetas de Queso Campo Real

Por cocinavino.com

Preparación

- Cortar los quesos en dados del mismo tamaño y pasarlos por la mantequilla derretida y a continuación, por el pan rallado.
- Ensartar alternados en brochetas.
- Colocarlos en una bandeja debajo del gratinador, 2 minutos de cada lado, para que se calienten pero sin llegar a derretirse.
- Servir al momento.

A large advertisement for Quesos Campo Real. The background is a photograph of a flock of sheep grazing in a green field. Overlaid on the image is the text 'Quesos Campo Real, crecemos' in a white serif font. Below this, the word 'QUESO' is written in white capital letters on a yellow rectangular background. Underneath that, the brand name 'CampoReal' is written in a large, stylized yellow font with a green outline, set within a dark green oval shape. At the bottom of the advertisement, the phone number 'Tel.: 91 873 33 79' is displayed in a white serif font.



“vive el
vino
todos
los
días”

www.utielrequena.org



utiel-requena

DENOMINACION DE ORIGEN PROTEGIDA

 GENERALITAT VALENCIANA
CONSELLERIA DE AGRICULTURA, PESCA, ALIMENTACIÓ I AGUA

UTIEL-REQUENA
La TIERRA DEL BOBAL

Ensaladas

Desgraciadamente somos esclavos del tiempo. Las horas pasan volando y cuando queremos darnos cuenta, no tenemos tiempo (siempre el tiempo) para prepararnos una comida o una cena en condiciones.

Sin embargo, en la simplicidad se encuentra una de las virtudes máximas de la cocina, y algo tan sencillo como una ensalada, puede proporcionarnos el mismo placer gastronómico que otra receta.

Una cena saludable, por ejemplo, contendría alimentos vegetales, alimentos ricos en hidratos de carbono complejos y alimentos ricos en proteínas. En una ensalada podemos incluir todos estos elementos. En cuanto a los vegetales está claro que las verduras y hortalizas son elementos primordiales, claro. Pan, patata, legumbres, arroz o maíz son elementos ricos en hidratos de carbono complejos. Pescado, carne y huevos, son ricos en proteínas.

En una ensalada podemos añadir además queso fresco, olivas, frutos secos, aliñarla con aceites, vinagretas, salsas de yogurt, mayonesas o salsas rosas. De una forma rápida y sencilla, tenemos a nuestra disposición un auténtico disfrute para el paladar y realmente saludable.



Ingredientes

- 2 unidades de pimiento rojo
- tomate **Intense Perichán**
- 1 berenjena
- 150grs. de ventresca de bonito en aceite
- 1 cebollino al gusto
- Cucharada y media de vinagre de Jerez
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- Sal al gusto
- Un huevo duro

Ensalada de la huerta y atún con tomate Perichan. *Por cocinavino.com*

Preparación

- Lavar los pimientos y el tomate y asarlos en el horno durante 1 hora.
- Envolver los pimientos en papel de aluminio y cuando estén templados, pelarlos y cortarlos en tiras anchas.
- Pelar el tomate y poner la pulpa en un cuenco, aplastarla con un tenedor y agregar sal, el vinagre, el aceite de la ventresca y el de oliva, mezclando bien.
- Cuando los pimientos estén asados, lavar la berenjena y cortarla en lonchas a lo largo.
- Calentar una plancha y asar las rodajas de berenjena por ambos lados
- Para montar las ensaladas, colocar una loncha de berenjena en cada plato y cubrirla con los pimientos y la ventresca.
- Espolvorear con el huevo duro picado y cebollino picado.
- Regar con la vinagreta preparada y servir.



Intense. El tomate de los Cocineros, de grupo Perichan

'El tomate de los Cocineros', **Intense** es ya en un ingrediente imprescindible en las cocinas de los profesionales de la restauración. El tomate **Intense** de **Perichán** es el primer tomate del mercado que no gotea, rindiendo mucho más, sin pérdida de forma ni de sabor. Destacará en sus recetas porque aumentará su sabor claramente respecto a otros tomates convencionales.

Para más información

GRUPO PERICHAN

Cañada Gallego, s/n - 30876 MAZARRÓN

Tel.: 968 15 88 12 - www.perichan.com

Gastronomía Murciana

La gastronomía murciana es un punto de encuentro de productos de gran calidad, habiendo hasta ocho de ellos con Denominación de Origen, y con unas recetas variadas e imaginativas, en las que se reflejan las influencias de los múltiples pueblos que han pasado por la región a lo largo de los siglos. Entre las recetas integradas por productos autóctonos, encontramos los pescados y mariscos del Mar menor y el Mediterráneo, las frutas y verduras de la Huerta, las carnes y embutidos tradicionales y los excelentes vinos de la tierra, que aúnan cuerpo, sabor y aroma. Arroces, legumbres, hortalizas, cítricos, alimentos en conserva, mermeladas...

Como buena representante de la cocina levantina, los platos de pescado son muy importantes en la mesa murciana por la abundancia de producto fresco, y las podemos acompañar de un buen vino blanco de Yecla, por ejemplo, para completar una experiencia gastronómica inigualable.



Ingredientes para 4 personas

800 gramos de merluza
1 pimiento rojo
1 ñora
1 cebolla
3 ajos

4 cucharadas de aceite de oliva
1/2 taza de vino blanco **La Purísima**
1 ramillete de perejil
3 cucharadas de tomate frito
Sal al gusto

Merluza a la murciana. *Por cocinavino.com*

Elaboración

- Lavar la merluza, secarla con papel absorbente, quitar las espinas, separar los lomos, cortarlos en trozos grandes.
- Untar el pimiento con aceite y asarlo en el horno durante unos 30 minutos o hasta que vea que lo puede pelar.
- Pelar el pimiento, quitar las semillas y cortarlo en tiras.
- Abrir la ñora por la mitad y ponerla en remojo en agua templada hasta que se hidrate.
- Pelar la cebolla y los ajos picarlos finamente.
- Calentar el aceite en una sartén y rehogar los ajos y la cebolla hasta que ésta esté transparente.
- Incorporar la ñora escurrida y sin semillas, el tomate frito, rehogar un poco y regar con el vino; revolver todo bien, salar y pasar todo por un chino.
- Colocar la merluza en una fuente refractaria, cubrir con las tiras de pimientos y la salsa.
- Tapar con un trozo de papel de aluminio y meterla en el horno, previamente calentado, durante 10-12 minutos a 200°. Servir inmediatamente acompañada con pan frito o al gusto.



Expresión de carácter



LA PURÍSIMA
BODEGAS

Carretera de Pinoso 3 / 30510 YECLA / Murcia / España
Tels.: +34 968 751 257 / +34 968 751 286 / Fax: +34 968 795 116
ventas@bodegaslapurissima.com / www.bodegaslapurissima.com

Aceite de Navarra

El aceite de Oliva Virgen Extra de Navarra es el aceite de Europa que más al norte se produce. Este factor, unido a las condiciones edafoclimáticas del área de producción (suelos calizos, clima seco y soleado y fuertes oscilaciones térmicas entre el día y la noche en el periodo de maduración); y la necesidad de recolectar pronto para evitar el periodo de heladas, determinan el bajo grado de madurez con el que se recoge la aceituna. Los olivares navarros vivieron su época dorada en la primera mitad del siglo XX, con galardones como el obtenido por un aceite de Cascañe en la Exposición Universal de Sevilla de 1929 y una superficie de 8.682ha en 1967. La superficie fue descendiendo hasta 1995, cuando se dio un resurgimiento del cultivo para llegar a las 5141ha.

El aceite de Navarra se obtiene de las variedades Arróniz (autóctona), Arbequina o Empeltre.

El resultado es un aceite de perfil equilibrado y complejo, con una elevada intensidad del atributo frutado.



Temporada de pimiento de piquillo *Por Restaurante La Galera (Mendavia)*

Preparación

Asar unos pimientos del piquillo de **Mendavia** preferiblemente en brasas. Pelar y hacerlos tiras. Aliñar con sal maldon y aceite de oliva virgen **La Maja**.

Aceite de oliva virgen La Maja

Color verde amarillento, con un aroma limpio e intenso, que sorprende por su viveza, recordando a frutas verdes y frescas. Se aprecian notas de tomatera, hierba, alcachofa, manzana, y en menor grado, un ligero aroma a kiwi. En boca se reafirman sus aromas, apreciándose un amargor medio y un ligero picor tardío.



Aceites La Maja

La Maja, es un exquisito compage de aceite, de edición anual y limitada.

Es el resultado de una minuciosa selección de variedades de olivas, por parte de una empresa familiar de Mendavia (Navarra) desde 1997, donde se ha cuidado con mucho esmero la calidad de las olivas y se ha mimado todo su proceso de elaboración 'en frío', para mantener intactas todas las virtudes de la oliva, así como sus cualidades aromáticas y de sabor. Como resultado de toda esta dedicación, obtenemos el aceite de oliva virgen extra, perfecto y exclusivo 'La Maja'.

Ctra. NA-8411 Km. 4 31587 MENDAVIA - Navarra
Tel.: (+34) 948 685 846
www.aceiteslamaja.com - info@aceiteslamaja.com

Los Gemelos

GRAN SELECCION



Su Café

El café por excelencia

Café Los Gemelos selecciona los mejores cafés arábicos de todo el mundo para darles, posiblemente, uno de los mejores BLEND del mercado y deleitar a sus clientes con tazas plenas de aroma y sabor.

De la pasión y el esmero por el café surge el deseo de dar a conocer la calidad de una buena taza, y Café Los Gemelos apuesta por una cultura de café que ayude a reconocer y valorar la calidad de esta bebida tan presente en la vida cotidiana. Todos los productos cumplen la legislación vigente en materia sanitaria, elaboración, envasado, etiquetado y almacenaje, y cuentan, además, con los controles internos de fabricación realizados por el personal técnico a lo largo de todo el proceso de producción, tanto en la selección, tueste, envasado, como en el almacenaje y la distribución.



Para más información: Gregorio de la Revilla 26 - 48010 BILBAO

Tel.: 666 414 765 - Fax: 944 215 857 - info@cafelosgemelos.com - www.cafelosgemelos.com

Bocadillo de Calamares

Hay delicias que se nos presentan como especialidades menores, porque son consumidas en locales populares, pero que son inmensamente populares y pueden convertirse en platos tan idiosincrásicos de una ciudad o un país, como otros más elaborados. Es el caso del **bocadillo de calamares**, una especialidad de los bares de nuestro país, que se ha convertido casi en un símbolo de ciudades como Madrid, por ejemplo, donde no se puede hacer una visita a los bares de su casco antiguo sin solicitar este suculento tentempié.

El bocadillo de calamares, condimentados con un poco de limón o con mayonesa, y regados por una cerveza bien tirada y fresquita, puede suponer para el paladar una experiencia tan gratificante como la delicia vanguardista más rompedora.

Muy popular también en la ciudad de Zaragoza, la variante del bocadillo de rabas es realmente popular también en el norte de España.

La liturgia de disfrutar de un **bocadillo de calamares**, en un local castizo de la capital, con el inconfundible olor a fritura, supone uno de esos pequeños placeres que están al alcance de cualquiera por un módico precio. El insustituible encanto de lo popular, en definitiva.



Ingredientes para 10 Mini Bocatas / Receta Masa

- 500grs de harina • 300ml. de agua • 12grs. de sal • 10grs de aceite
- 5grs.de Levadura • 10grs de tinta **Nortindal**

Para el rebozado

- 150grs de Harina • 200 ml de agua carbónica • levadura química y sal.

El interior

- 300grs. de Chipirones Limpios de unos 5cm. • Mayonesa con piel de limón.
- Aceite de oliva suave para freír.

Bocata de Calamares Nortindal

Por el cocinero Joan Sala

Preparación

Este plato es un homenaje al clásico bocadillo de la capital de España.

- Elaboramos la masa, con la ayuda de una amasadora. • Una vez añadidos todos los ingredientes para una buena mezcla, se puede diluir la tinta **Nortindal** con el agua, se puede añadir un poco más que la que se indica en la receta.
- Racionamos y amasamos bolas de 20grs. • Dejamos fermentar unos 30 minutos. • Mientras fermenta elaboramos la pasta para rebozar los chipirones.
- Con la ayuda de un batidor mezclamos los ingredientes hasta conseguir una textura lisa y sin grumos. • Limpiamos los chipirones y una vez limpios, les ponemos un poco de sal y los dejamos escurrir. • Los enharinamos y los mezclamos con la pasta de rebozar. • Ponemos a Cocer el pan con vapor añadido unos 5 minutos, con posibilidad de un doble horneado. • Freímos los chipirones con el aceite bien caliente y los escurrimos una vez doraditos y crujientes.

Nortindal Sea Products, salsa de calamar

Nortindal Sea Products, empresa líder en la elaboración de Tinta Natural de Calamar, Salsa Fondo Paella, Salsa Verde, y Fondo de Marisco, presenta su nuevo producto Salsa Calamar, en 2 versiones: Normal y Picante, tanto en congelado como a temperatura ambiente.

Esta Salsa de Calamar está elaborada con productos naturales y está preparada para condimentar platos de *pescados, calamares, croquetas, tortillas, pizzas, arroces, pastas y ensaladas*.



Para más información

Polígono Irzunubi Pabellones 4 y 5 - 20490 LIZARZA - Guipúzcoa - Apto. Correos: 221- 20400 TOLOSA
Tel.: 943 697 588 - Fax: 943 674 701 - secomercial@nortindal.com - www.nortindal.com



Kumato® mucho más que disfrutar de un excelente tomate



*La producción especializada de Perichán
la alta calidad del Kumato®*

Para más información Agrícola Perichán

Tel.: (0034) 968 158 812 - Móvil: (0034) 660 321 151 - Fax: (0034) 968 158 810

www.perichan.com



Cérvoles

La personalidad de la tierra



CASTELL DEL REMEI & CÉRVOLES CELLER

25333 FINCA CASTELL DEL REMEI - Lleida - Spain

Tel.: +34 973 580 200 - Fax: +34 973 718 312 - M.: +34 660 444 159

www.cervoles.com