

# REPOSTERÍA Y ASADOS

El placer de cocinar con Miele



Cada vez más entusiastas de la cocina descubren la versatilidad de los hornos modernos – ya sea para preparar una deliciosa repostería, jugosos asados o para cocinar y asar al grill. Todo: las clásicas pizzas, los bizcochos y gratinados, los asados, los panes y los postres salen del horno con un toque de perfección. Lo que los cocineros profesionales aprecian desde hace mucho tiempo, entusiasma cada vez más a los aficionados a la cocina. Ya no existen límites para la creatividad. Déjese sorprender e inspirar por las más de 140 recetas exclusivamente desarrolladas para el presente libro y disfrute de todo el sabor mediterráneo, de las refinadas variaciones sobre platos clásicos y de platos inspirados en la deliciosa y exótica cocina asiática. Ya sea una tarta de manzana con una frivolidad picante ¡y con foie gras de pato!, un entrecot de ternera en costra de gambas o una tarta criolla con mango: Nunca antes ha sido tan fácil alcanzar la perfección en la cocina. ¡Con Miele, cocinar se convertirá en una auténtica pasión!



REPOSTERÍA Y ASADOS El placer de cocinar con Miele



M-Nr.: 7 143 510

BO 3773 (xx) - 11/07



# REPOSTERÍA Y ASADOS

El placer de cocinar con Miele



**Miele**

© Editorial Verlag Zabert Sandmann  
Munich  
1ª Edición, 2007

Diseño gráfico Georg Feigl  
Fotografía de alimentos Susie Eising  
(otras fotos, véanse las fuentes fotográficas)

Recetas y Foodstyling Michael Koch  
Redacción Edelgard Prinz-Korte, Martin Kintrup,  
Alexandra Schlinz, Eva-Maria Hege

Producción Karin Mayer, Peter Karg-Cordes  
Litografía MMIntec GmbH, Miesbach  
Imprenta y encuadernación Mohn media Mohndruck GmbH, Gütersloh

El presente libro ha sido creado en colaboración con  
la editorial Zabert Sandmann ([www.zsverlag.de](http://www.zsverlag.de))  
y Miele ([www.miele.de](http://www.miele.de)).

# REPOSTERÍA Y ASADOS

El placer de cocinar con Miele

**Miele**





# Índice





|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| Prefacio                      | 6   |
| Introducción                  | 8   |
| Entrantes                     | 12  |
| Pescados & Mariscos           | 28  |
| Aves                          | 46  |
| Carne                         | 68  |
| Verduras, Pasteles & Puddings | 102 |

|                   |     |
|-------------------|-----|
| Postres           | 126 |
| Repostería        | 146 |
| Pan & Panecillos  | 200 |
| Sabores de España | 226 |
| Glosario          | 254 |
| Índice            | 256 |





### *Estimado lector:*

Asar, cocinar y hornear – ¿y todo ello con un horno? ¿Y por qué no? La nueva generación de hornos integra hoy una tecnología que responde a todas las exigencias de un hogar moderno, todo con un manejo absolutamente fácil y con resultados perfectos. Lo que ha sido de probada eficacia en las cocinas profesionales está disponible ahora también para su uso en la cocina doméstica: Por fin, los modernos aparatos ofrecen a los entusiastas de la cocina todas las herramientas para hacer lo que los grandes Chefs enseñan. Hemos reunido en el presente libro más de 140 recetas que permitirán aprovechar todas las funciones técnicas, pero que, ante todo, serán de gran utilidad para probar nuevas creaciones y deslumbrar a la familia y a los invitados con deliciosos platos. Ya sean ligeros entrantes o elaborados asados, soufflés para la familia o selectos pescados para las ocasiones especiales: Cocinar se convertirá en una auténtica pasión. Déjese sorprender por la enorme facilidad con la que podrá preparar nuestras sugerencias culinarias, en su horno, con perfectos resultados garantizados, y disfrute de todo el sabor mediterráneo, de platos tradicionales alemanes o de delicias inspiradas en la cocina asiática.






# El horno –

## *todo un multitalento*

### *El corazón de la cocina*

Hoy, los hornos modernos sirven para mucho más que generar calor. Su refinada tecnología ofrece funciones y programas que garantizan la preparación óptima de cada alimento. El horno ideal es, por tanto, el que, literalmente, pueda hacerlo todo: hornear, asar, cocinar, dorar al grill – y, naturalmente, con la máxima perfección posible.

La función **Aire caliente plus** es ideal para hornear o asar simultáneamente sobre varios niveles de bandeja. La temperatura de cocción podrá ajustarse más baja que cuando se utilice el calor de bóveda y de solera, puesto que la corriente de aire caliente alcanza al alimento de forma inmediata. El **calor de solera** se selecciona, por ejemplo, para dorar la repostería desde abajo. Para los bizcochos con recubrimiento jugoso es conveniente seleccionar la **función de cocción intensiva**. El **grill pequeño** del horno es ideal para el asado de piezas planas y para gratinar alimentos en moldes pequeños. Para grandes cantidades o para gratinar alimentos en moldes grandes podrá activar el **grill de gran superficie**. Para los asados redondos y los pollos es ideal la **función de grill combinada con recirculación de aire**. Pero su horno puede hacer mucho más todavía. Si no quiere dedicar tiempo para sofreír piezas grandes de carne en la placa, bastará con seleccionar la función de **Asado automático** y sólo necesitará ajustar la temperatura a la que desea preparar la carne. El horno se ocupará de todo lo demás. Ideal para panes, panecillos y pastas, pero también para asados, soufflés y pizzas es la **función Clima** que combina el aire caliente con humedad perfectamente dosificada. Este método garantiza que el alimento salga esponjoso por dentro y con una deliciosa costra crujiente por fuera. En el presente libro se señalan todas las recetas que utilicen la función Clima con el símbolo .

En los hornos sin función Clima deberá seleccionar la función Aire caliente plus.



El display de última generación garantiza un máximo confort de manejo y una óptima ayuda para guiar al usuario paso por paso en la programación.



Para una cocción óptima: Los niveles de bandeja se identifican fácilmente desde el marco frontal.



Asado en su punto perfecto:  
Medición de la temperatura interior  
del alimento mediante la sonda  
térmica.

## *Cocción al grado preciso*

La sonda térmica le permitirá supervisar el proceso de cocción y determinar la temperatura interior de la carne, de aves o de pescado al grado preciso, realmente en su punto. Los asados de vacuno o rosbif, por ejemplo, salen “poco hechos” a una temperatura interior de 45 a 50°C, “en su punto” de 50 a 60°C y “hechos” de 60 a 70°C.

Las aves necesitan una temperatura interior superior (85 a 90°C). Cuando utilice la sonda térmica, cerciórese de que la punta de la sonda no esté en contacto con un hueso o una parte de grasa.

## *Encontrar el nivel de bandeja correcto*

El número total de niveles de bandeja varía de horno en horno. Las recetas del presente libro están dimensionadas para hornos con 5 niveles de bandeja. En la tabla que reproducimos a continuación encontrará toda la información necesaria para conocer sin complicaciones el nivel correcto para su horno.

### ***Hornos con 5 niveles de bandeja***

5° desde abajo  
4° desde abajo  
3° desde abajo  
2° desde abajo  
1° desde abajo



### ***Hornos con 3 niveles de bandeja***

2° ó 3° desde abajo  
2° ó 3° desde abajo  
1° ó 2° desde abajo  
1° ó 2° desde abajo  
1° desde abajo

# El clima

*perfecto*



El display de fácil manejo, los mandos ocultos con aros luminosos y los sensores adicionales de selección hacen que la programación correcta sea algo realmente sencillo.

Con la función Clima podrá hornear o asar con una combinación de aire caliente y humedad. Es particularmente conveniente para panes y panecillos, que adquieren una superficie brillante y crujiente, así como para repostería y bollería. Ningún panadero podría mejorar estos resultados. Pero no sólo las masas necesitan humedad, también los pescados se mantienen jugosos y conservan su consistencia. Cuando se preparan asados de carne con un alto contenido en grasa, el vapor inicial hace que la grasa se derrita más lentamente para obtener una carne tierna y jugosa, y su reducción posterior hace que se obtenga una costra crujiente. El vapor dosificado crea el microclima ideal para obtener resultados de cocción y de dorado homogéneos.



Los alimentos cocinados en el horno con adición de humedad se vuelven esponjosos por dentro y adquieren una costra crujiente en su superficie.



El tubo de llenado se gira hacia adelante y el horno succiona automáticamente la cantidad de agua que precisa.

## Manejo fácil

Si ha seleccionado la función Clima, podrá elegir entre 4 formas distintas de dosificación del vapor (Golpe de vapor automático, o manualmente, 1, 2 ó 3 golpes de vapor). En función de la opción elegida, el horno solicitará una cantidad determinada de agua. Para un golpe de vapor se sujetará un vaso con aproximadamente 80 ml de agua por debajo del tubito de llenado y el horno succionará la cantidad de líquido que precise. Para 2 golpes de vapor se necesitan unos 150 ml y para 3, unos 230 ml de agua. En la opción automática, el golpe de vapor se realiza automáticamente después de alcanzar el interior del horno la temperatura preseleccionada; si se selecciona la opción manual (1, 2 ó 3 golpes de vapor), éstos han de realizarse de forma manual. Así podrá perfeccionar los procesos de cocción y de horneado justamente según sus preferencias personales.

Para hacer pan, es conveniente someter la masa durante los primeros minutos a la acción del vapor, para permitir que suba y que adquiera una bonita costra, manteniéndose esponjoso por dentro. Para la carne es conveniente asarla en una cacerola destapada o sobre la parrilla, para que pueda absorber mejor el vapor.

Para algunas masas, como la masa cocida, se logran resultados perfectos sólo si la humedad es reducida en el momento preciso. En este caso podrá activar la práctica función para la reducción del grado de humedad interior.

En la cocción con humedad en el horno según las necesidades de la receta, obtendrá siempre resultados perfectos, con la ventaja esencial de que el alimento no se reseque, manteniéndose jugoso y esponjoso, a la vez que adquirirá una costra muy apetitosa.









# Entrantes

Con un buffet frío, unas ensaladas o unos palitos de verduras difícilmente cosechará usted grandes cumplidos de sus invitados. Sin embargo, unos crujientes entremeses sacados directamente del horno prometen ser toda una sorpresa culinaria y, por suerte para usted, ya no requieren mucha elaboración. Y, sin duda, la admiración de sus invitados estará garantizada con una informal pero succulenta pizza con salami al hinojo, o unos snacks de atún en croûte, o una tartaleta de manzana con foie gras de pato.

# Quiche de zanahorias con ensalada de manzana y cilantro

1 Molde rizado para quiche (26 cm Ø) | Tarta de zanahorias al estilo asiático

1 Para la masa: Disponer la harina en forma de volcán sobre la encimera y espolvorear por encima 1 c de sal. Agregar los dados de mantequilla y mezclarlo todo con ayuda de las manos. Batir el huevo, y mezclar con la harina. Agregar 2 C de agua muy fría y amasar todo rápidamente. Envolver la masa en una lámina transparente y dejar reposar durante 30 minutos en el frigorífico.

2 Para la cobertura: Lavar la hierba limón, secar con papel de cocina y picar finamente. Meter la hierba en un cazo, agregar la nata y llevar a ebullición. A continuación, retirar del fuego y dejar macerar unos 15 minutos. Pelar las zanahorias, cortar en rodajas finas y cocer “al dente” en agua salada durante 6–8 minutos. Colar la nata líquida, y batir junto con la crème fraîche y los huevos. Sazonar con sal y pimienta.

3 Estirar la masa con un rodillo hasta obtener un grosor de 3–4 mm. Engrasar un molde rizado redondo para tarta. Forrarlo con la masa aplanada, apretándola bien para que no queden huecos.

## Ingredientes:

### Para la masa:

300 g Harina de trigo  
Sal  
160 g Mantequilla fría, en dados  
1 Huevo (tamaño mediano)

### Para la cobertura:

3 Ramitas de hierba limón  
200 g Nata líquida  
1 kg Zanahorias  
Sal  
100 g Crème fraîche  
4 Huevos (grandes)  
Pimienta recién molida

### Además:

Mantequilla para el molde  
1 Manojito de cilantro fresco  
2 Manzanas (variedad Golden)  
2 Chiles rojos  
Sal  
Pimienta recién molida  
Aceite de oliva

4 Distribuir las zanahorias sobre la masa y verter encima la mezcla de huevos y nata. Llevar la tarta quiche al horno (2º nivel de bandeja desde abajo) y cocinar durante 40–45 minutos a 160°C (Cocción intensiva). A continuación, sacar la tarta del horno, dejar enfriar unos minutos y desmoldarla.

5 Lavar el manojito de cilantro, sacudirlo para quitar el exceso de agua y quitar las hojitas. Lavar las manzanas, quitar las pepitas y cortar en tiras finas o rallar. Cortar las guindillas longitudinalmente por la mitad, quitar las semillas, lavar bien y cortar igualmente en tiras finas. Mezclar estos ingredientes, sazonar con sal, pimienta y aceite de oliva. Cortar la tarta quiche en triángulos y colocar sobre los platos. Servir junto con la ensalada de manzanas y servir.

## ►► Sugerencias y trucos


*Para dar un toque exótico podrá espolvorear por encima de la ensalada cacahuetes salados finamente picados. No es necesario preparar la masa en el momento, envuelta en el film transparente se mantendrá fresca en la nevera durante una semana.*







# Tartaletas picantes de manzana con foie gras de pato y rúcula

4 Moldes para tartaleta (c/u 12 cm Ø) ó 1 molde redondo grande (c/u 24 cm Ø) | Para una ocasión especial 

1 Para las tartaletas: Descongelar la masa de hojaldre. Pelar las manzanas, quitar las pepitas y cortar en gajos. Pelar la cebolla y el ajo. Cortar la cebolla en tiras finas y picar finamente el ajo. Lavar el manojito de mejorana, sacudirlo, quitar las hojitas y picar también finamente.

2 Calentar el aceite de oliva en una sartén y sofreír las tiras de cebolla. Agregar el bacon cortado en dados el ajo, y saltear todo. Agregar los gajos de manzana e incorporar la mejorana. Sazonar con sal marina, pimienta y azúcar. Apartar y escurrir la mezcla.

3 Doblar las placas de hojaldre por la mitad y aplanar sobre la encimera enharinada. Cortar la masa a mano o con ayuda de un cortamasas al tamaño de los moldes. Para el molde grande, colocar las placas una encima de otra, aplanar y cortar igualmente al tamaño del molde.

4 Repartir la mezcla de manzanas entre los moldes y cubrir con placas de hojaldre. Dejar enfriar las tartaletas durante 10 minutos en la nevera.

## Ingredientes:

### Para las tartaletas:

4 Láminas de hojaldre  
(c/u aprox. 75 g; congeladas)

2 Manzanas agrias

1 Cebolla blanca

1 Diente de ajo

1/2 Ramillete de mejorana

1 C Aceite de oliva

50 g Bacon cortado en dados

Sal marina

Pimienta recién molida

Azúcar

### Además:

200 g Foie gras de pato

1 C Aceite de oliva

Sal marina

Pimienta recién molida

2 Ramilletes de romero

1 C Azúcar

3 C Vinagre balsámico de

Módena

3 C Zumo de manzana

Rúcula

5 Introducir las tartaletas en el horno (2º nivel desde abajo, función Clima con 1 golpe de vapor automático) y hornear durante 30–35 minutos. La tarta grande tardará unos 30–35 minutos.

6 Cortar el foie gras en trozos del tamaño de una nuez. Calentar el aceite de oliva en una sartén y asar el foie durante unos 3–4 minutos. Sacar el foie de la sartén, sazonar con sal marina y pimienta, y mantener caliente.

7 Lavar el romero y sacudirlo para secarlo. Agregar el azúcar, el vinagre balsámico de Módena, el zumo de manzana y las ramitas de romero a la sartén caliente. Dejar cocer hasta reducir el líquido a la mitad y retirar el romero.

8 Lavar la rúcula, sacudirla para secarla y distribuir sobre los platos. Desmoldar las tartaletas y disponerlas sobre el lecho de rúcula. Cortar la tarta grande en cuatro trozos antes de servirla. Repartir por encima el foie gras de pato y rociar con la salsa de balsámico reducida.

# Higos al horno

## con mascarpone y jamón de San Daniele

Para 4–6 personas | Rápido y delicioso

- 1 Mezclar el mascarpone con la miel, el tomillo y la cáscara de naranja hasta obtener una consistencia cremosa, y salpimentar.
- 2 Cortar los higos a 1 cm de la parte superior y, con ayuda de una cucharilla o similar, sacar parte de la carne para obtener espacio para el relleno. Guardar la carne sacada para usarla posteriormente.
- 3 Llenar los higos con la crema de mascarpone, volver a colocar las partes cortadas previamente y presionar ligeramente. Envolver cada uno de los higos en una loncha de jamón.

### Ingredientes:

250 g Mascarpone  
 1 C Miel  
 1 C Tomillo picado  
 1 C Ralladura de la cáscara de una naranja sin tratar  
 Sal  
 Pimienta recién molida  
 12 Higos (tamaño mediano)  
 12 Lonchas de jamón San Daniele o similar  
 12 Rebanadas de baguette  
 Aceite de oliva para el molde y para rociar

- 4 Untar las rebanadas de baguette con la carne de los higos, que extrajimos al comienzo. Engrasar un molde para soufflé con aceite de oliva y colocar las rebanadas de pan. Disponer un higo sobre cada rebanada de baguette y presionar ligeramente. Rociar con unas gotas de aceite de oliva y hornear durante 20–25 minutos (2º nivel desde abajo, 160°C, Aire caliente plus).

### ►► Sugerencias y trucos

*El jamón de San Daniele es un jamón secado al aire, procedente de Friaul (Italia). Si no lo consiguiera, podrá utilizar perfectamente un jamón de Parma, serrano o cualquier otro de su gusto. Servido sin jamón es igualmente un delicioso plato para los amantes de la cocina vegetariana.*

# Panini con verduras al grill y queso mozzarella

Para 10 Panini | El tentempié perfecto para una fiesta 

1 Para la masa: Poner la harina en una fuente y hacer un hueco en el centro. Desmenuzar la levadura y diluirla en 300 ml de agua tibia. Incorporar la miel a la levadura y verter esta mezcla en el hueco hecho en la masa. Recoger algo de harina desde los bordes e incorporar en la mezcla removiendo hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa durante 15 minutos en un lugar cálido y sin corrientes de aire. Después, incorporar a la masa la sal y el aceite, y amasar con una varilla durante unos 5 minutos hasta que la superficie tenga una apariencia brillante. Volver a dejar subir tapado en un lugar cálido durante 45 minutos.

2 Pelar la cebolla. Limpiar y lavar la berenjena y los calabacines, cortar todo en rodajas de 1 cm de grosor y meter en un molde refractario. Cortar los pimientos por la mitad, quitar las semillas, lavar, cortar en cuartos y poner también en el molde. Machacar el ajo. Lavar el tomillo, sacudirlo para secarlo, y separar las hojitas. Agregar ambos ingredientes junto con el aceite de oliva a la verdura. Sazonar con sal marina y pimienta y dejar macerar unos 20 minutos.

3 Asar la verdura al grill (grande) del horno durante 15–20 minutos a 220°C, colocando el molde en el

## Ingredientes:

### Para la masa:

500 g Harina de tipo (tipo 55)  
 1/2 Dado de levadura fresca  
 1 C Miel  
 1 C (rasa) de Sal marina  
 3 C Aceite de oliva

### Para la verdura:

1 Cebolla blanca  
 1 Berenjena grande  
 2 Calabacines  
 2 Pimientos rojos  
 1 Diente de ajo  
 1/2 Ramillete de tomillo  
 80 ml Aceite de oliva  
 Sal marina  
 Pimienta recién molida

### Además:

2 Bolas de queso mozzarella (c/u 125 g)  
 Harina para la bandeja del horno y para espolvorear

3er nivel desde abajo. Pelar los pimientos. Mezclar la verdura.

4 Volver a amasar brevemente la masa y dividir en 10 porciones. En la encimera enharinada, aplanar cada porción de masa hasta obtener cuadrados de 14 x 14 cm. Disponer la verdura sobre la primera mitad de los cuadrados. Escurrir el queso Mozzarella, cortar las bolas en 10 trozos iguales y colocar éstos sobre la verdura. Poner la otra mitad de los cuadrados cubriendo el relleno y apretar bien los bordes. Colocar los panini sobre una bandeja de repostería enharinada y dejar subir durante 15 minutos.

5 Espolvorear harina encima de los panini y llevar al horno (Función Clima con 1 golpe de vapor automático, 200°C, 2º nivel de bandeja desde abajo). Dejar enfriar algo los panini y servirlos con pesto (véanse las sugerencias).

## » Sugerencias y trucos

Los panini se podrán acompañar con un sabroso pesto de apio: En la batidora, hacer un puré, mezclando las hojas lavadas de 1/2 manojo de apio y de 1 ramillete de perejil con 100 ml de aceite de oliva, 1 C de queso parmesano rallado y 1 C de piñones tostados. Caso de no encontrar apio, se puede usar albahaca en su lugar.





# Brochetas de gambas con apio al jengibre

Para 4–6 personas | Un abreboca ligero

1 Pelar la raíz de jengibre y cortar en tiras finas. Calentar el aceite en una sartén y saltear el jengibre durante 2 minutos, mezclar con la miel y separar.

2 Cortar el apio en trozos de  $\frac{1}{2}$  cm y agregarlos al jengibre. Sazonar con sal y pimienta y meter todo en un molde para soufflé. Rociar con aceite de oliva y hornear durante 40 minutos a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel desde abajo). Lavar la albahaca, sacudirla para secarla, y quitar las hojas. Guardar unas hojas para la decoración de los platos. 10 minutos antes de finalizar el tiempo de cocción, mezclar la albahaca con el apio.

3 Pelar las gambas, cortar longitudinalmente por la mitad y extraer el intestino negro. Lavar las gambas y secar con papel de cocina. Ensartar longitudinalmente cada vez dos mitades de gamba en un palillo de madera.

## Ingredientes:

- 150 g Jengibre (raíz)
- 1 C Aceite
- 1 C Miel
- 1 kg (aprox.) Apio
- Sal
- Pimienta recién molida
- 2–3 C Aceite de oliva
- 1 Ramillete de albahaca tailandesa o normal
- 12 Langostinos jumbo
- 1 Diente de ajo
- 1–2 Chiles rojos
- 3 Chalotas
- El zumo de 1 lima
- 1 C Azúcar de palma
- 2 Limas sin tratar

## Además:

Palillos o brochetas de madera

4 Para la marinada: Pelar los dientes de ajo. Limpiar los chiles, quitar las semillas y picar finamente. Pelar las chalotas y cortar en trozos pequeños. Con ayuda de una batidora o en el mortero, hacer todo puré, agregando el zumo de lima y el azúcar de palma. Pintar con esta mezcla las brochetas de gamba, disponerlas en una bandeja de horno y asar al grill durante 5–8 minutos (240°C, grill grande, 3er o 4º nivel desde abajo).

5 Lavar bien las limas, secar con papel de cocina y cortar en cuartos. Disponer las brochetas de dos en dos sobre un lecho de apio y decorar con las hojas de albahaca tailandesa y los cuartos de lima.

## ►► Sugerencias y trucos

*El apio se vuelve aún más sabroso si lo prepara el día anterior y lo calienta poco antes de servir. Si no consiguiera el azúcar de palma podrá utilizar azúcar cande.*

# Tortilla

## con trucha ahumada y berros

Para 4–6 personas | De la mano a la boca 

1 Cortar las patatas en rodajas finas. Desmenuzar las truchas ahumadas. Batir los huevos con la crème fraîche. Incorporar el rábano picante y la ralladura de limón, removiendo.

2 En una fuente grande, mezclar bien las patatas con los filetes desmenuzados y la mezcla de huevo. Sazonar generosamente con sal y pimienta. Engrasar un molde para soufflé con mantequilla, verter en él la masa de patatas y aplastarla.

3 Cocinar la tortilla en el horno a 140°C durante 25–30 minutos (función Clima, con 1 golpe de vapor automático, 2º nivel desde abajo). Después, dejar enfriar la tortilla hasta que esté tibia.

### Ingredientes:

600 g Patatas (de consistencia dura después de cocidas)  
(cocer y pelar el día anterior)  
200 g Filetes de trucha ahumada (más 1 para la decoración)  
5 Huevos (tamaño medio)  
50 g Crème fraîche  
1 C Rábano picante rallado  
1 C Ralladura de cáscara de limón sin tratar  
Sal  
Pimienta del molinillo  
Mantequilla para el molde  
1 Bandejita de berros  
1 Manojito de berros de agua  
Rúcula  
2 C Vinagre balsámico claro  
1 c Miel  
2 C Aceite de oliva

4 Lavar el berro y la rúcula, sacudir o secar con papel de cocina y mezclar. Mezclar el vinagre balsámico con la miel y 2 C de aceite de oliva y aliñar con la mezcla la ensalada.

5 Cortar la tortilla en trozos en forma de dado y decorar el plato con la ensalada. Trocear el filete de trucha que habíamos reservado y guarnecer con esos trocitos el plato.

### ► Sugerencias y trucos

*Una ingeniosa forma de servir la tortilla son crujientes barquitos hechos de masa para rollitos de primavera. Para ello se fríe la masa (12 x 12 cm) durante 1 minuto en abundante aceite, sumergiéndola con ayuda de una cuchara.*

# Atún crujiente “en croûte” con chutney de mango

Para 4–6 personas | Para gourmets

1 Para el atún: Descongelar la masa para rollitos de primavera. Sazonar los filetes de atún generosamente con pimienta molida y una pizca de sal. Freír por ambos lados en una sartén durante 1 minuto a fuego vivo.

2 Lavar la pechuga de pollo, secar con papel de cocina y cortar en trozos pequeños. En la batidora, hacer un puré fino mezclando el pollo troceado con la nata líquida, el aceite de sésamo, la salsa Wasabi y una pizca de sal. Tostar las semillas de sésamo en una sartén sin grasa e incorporarlas a la puré.

3 Disponer las placas de masa para rollitos de primavera una al lado de la otra y untar el puré en una capa fina sobre  $\frac{2}{3}$  de las placas. Colocar los filetes de atún sobre la mitad inferior y enrollar las placas, empezando desde abajo. Cerrar los extremos de los rollitos.

4 Para el chutney: Cortar los pimientos por la mitad, quitar las semillas, lavar y asar en el horno a 160°C durante 30–35 minutos (Aire caliente plus, 2º nivel desde abajo). Después, dejarlos enfriar algo, pelarlos y cortarlos en dados pequeños.

## Ingredientes:

### Para el atún:

2 Planchas para rollitos de primavera  
(c/u 20 x 20 cm; congeladas)  
2 Filetes de atún

(c/u 200 g; grosor de 6 cm)  
Pimienta recién molida  
Sal

1 C Aceite  
120 g Filetes de pechuga de pollo

150 g Nata líquida  
1 c Aceite de sésamo

$\frac{1}{2}$  c Pasta de Wasabi  
40 g Semillas de sésamo

### Para el chutney:

1 Pimiento rojo pequeño  
1 Mango

2 Cebolletas

1 Manojito de cilantro fresco

1 Pizca de cilantro molido

1 Pizca de canela en polvo  
Sal

Pimienta recién molida  
1–2 C Vinagre de arroz o vinagre balsámico claro

### Además:

Aceite para freír

5 Pelar el mango, separar la carne del hueso y después cortarla en dados de  $\frac{1}{2}$  cm. Limpiar y lavar las cebolletas y cortar en rodajas finas. Lavar el manojito de cilantro, sacudirlo para secarlo, quitar las hojitas y picarlas. Mezclar los ingredientes y sazonar con cilantro, canela, sal, pimienta y vinagre.

6 Freír en una sartén con 1 cm de aceite los rollos de masa durante 2–3 minutos hasta que estén crujientes. Finalizar la cocción en el horno durante 15–20 minutos, colocando los rollos en la parilla (Aire caliente plus, 85°C, 2º nivel desde abajo).

7 Con ayuda de un cuchillo de sierra, cortar los rollos en rodajas de 1–2 cm de grosor y emplatar sobre el chutney de mango.

## ► Sugerencias y trucos

*Para el puré de pollo es conveniente que todos los ingredientes estén bien fríos, puesto que al hacerlos puré en la batidora se genera calor y no se mezclan bien. Lo mejor es meter la carne unos minutos antes en el congelador.*





# Flammkuchen (Tarta alsaciana con cebolla blanca y sal especiada)

Para 2 bandejas | El clásico de Alsacia 

1 Para la masa: Poner la harina en una fuente y hacer un hueco en el centro. Desmenuzar la levadura y diluirla en 90 ml de agua tibia. Agregar el azúcar y la sal, y verter esa mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina desde los bordes e incorporar en la mezcla removiendo hasta obtener una mezcla de consistencia algo espesa. Agregar la masa madre a la levadura, tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa durante 15 minutos en un lugar cálido y sin corrientes de aire.

2 Trabajar la masa con una varilla durante unos 5 minutos hasta que la superficie tenga una apariencia brillante. Volver a dejar subir tapada en un lugar cálido durante 45 minutos.

3 Para la cobertura: Pelar la cebolla, cortar por la mitad y después en tiras finas. Mezclar la nata agria con la nata líquida.

4 Amasar y separar la masa en dos porciones de igual tamaño. Sobre la encimera enharinada, aplanar cada bola de masa al tamaño de la bandeja de horno. Colocar en cada bandeja dos hojas de papel manteca cubriendo toda la superficie de la misma y colocar la masa aplanada. Pintar la masa con la mezcla de natas.

5 Repartir la cebolla sobre las bandejas y espolvorear por encima

## Ingredientes:

### Para la masa:

250 g Harina  
 1/2 Dado de levadura fresca (21 g)  
 1/2 c Azúcar  
 1/2 c Sal  
 75 g Masa madre líquida (producto preparado)

### Para la cobertura:

3 Cebollas blancas  
 200 g Nata agria para cocinar  
 100 g Nata líquida  
 50 g Piñones  
 60 g Panceta o tocino (en lonchas finas)  
 Pimienta recién molida  
 2–3 C Aceite de oliva

### Para la sal especiada:

25 g Sal marina  
 1/2 c Semilla de hinojo  
 1/2 c Hojas de romero picadas  
 1/2 C Ralladura de cáscara de limón sin tratar

### Además:

Harina para la superficie de trabajo

los piñones. Disponer por encima las lonchas de panceta. Sazonar con pimienta y rociar con unas gotas de aceite de oliva.

6 Precalentar el horno a 220°C (Función Clima, con 1 golpe de vapor automático). Introducir una de las bandejas en el 2º nivel desde abajo. Activar el golpe de vapor y hornear durante 10–15 minutos. A continuación, hornear la segunda tarta del mismo modo (pero sin el precalentamiento, puesto que el horno ya tiene la temperatura suficiente).

7 Para la sal especiada: En un mortero (o en la batidora), machacar (o triturar) la sal marina, las semillas de hinojo, el romero y la cáscara de limón, y espolvorear esta mezcla según gusto por encima de las tartas una vez hechas.

## ►► Sugerencias y trucos

Como alternativa podrá cubrir las tartas con berenjenas, calabacines y pimientos asados y espolvorear por encima queso Mozzarella rallado. Si no consiguiera nata agria, podrá prepararla fácilmente mezclando nata líquida para montar (1 brik pequeño) con 1 yogur natural, zumo de limón (al gusto, pero no menos de medio limón), sal y pimienta.

# Pizza

## con salami al hinojo y queso Scamorza

Para 1 bandeja | Para el buffet libre 

1 Para la masa: Poner la harina en una fuente y hacer un hueco en el centro. Desmenuzar la levadura y diluirla en 125 ml de agua tibia, agregar una pizca de azúcar y verter esa mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina desde los bordes e incorporar removiendo hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa durante 15 minutos en un lugar cálido y sin corrientes de aire.

2 Amasar la masa uno 10 minutos, agregando la sal y el aceite de oliva hasta que tenga una textura elástica y la superficie tenga una apariencia brillante. Volver a dejar subir tapada en un lugar cálido durante 45 minutos. Después, volver a amasar brevemente y aplanar sobre la encimera enharinada, del tamaño de la bandeja de horno y de un grosor de 1 cm. Enharinar la bandeja y colocar la masa sobre la misma.

3 Para la cobertura: Pelar la cebolla y el ajo, picar ambos finamente y sofreír en poca cantidad de aceite de oliva. Agregar los tomates, dejar hervir una vez y sazonar con sal y pimienta. Lavar el orégano, sacudir, quitar las hojitas, picar finamente e incorporar a la mezcla.

### Ingredientes:

#### Para la masa:

250 g Harina de trigo (tipo 45)  
15 g Levadura fresca  
Azúcar  
1 c Sal  
5 C Aceite de oliva

#### Para la cobertura:

1 Cebolla  
1 Diente de ajo  
Aprox. 6 C Aceite de oliva  
250 g Tomate  
(en conserva)  
Sal  
Pimienta del molinillo  
1 Manojito de orégano  
250 g Tomates cherry  
2 Trozos de queso Scamorza o  
Mozzarella (c/u 250 g)  
50 g Alcaparras en vinagre  
Sal marina  
150 g Salami al hinojo  
(en lonchas)

#### Además:

Harina para la superficie de trabajo y la bandeja de horno

4 Lavar los tomates cherry y exprimirllos ligeramente con la mano. No usar el zumo que sueltan. Cortar los trozos de Scamorza por la mitad, después en rodajas finas y mezclar en una fuente con los tomates cherry y las alcaparras. Sazonar con sal marina, pimienta y 3 C de aceite de oliva.

5 Untar la masa aplanada con la salsa de tomate y distribuir por encima la mezcla de tomates cherry y queso Scamorza.

6 Precalear el horno a 220°C (Función Clima, con 1 golpe de vapor automático). Introducir la bandeja con la pizza en el 2º nivel desde abajo, activar el golpe de vapor y hornear durante 25–30 minutos. Distribuir las lonchas de salami sobre la pizza hecha y rociar después con unas gotas de aceite de oliva.

### ►► Sugerencias y trucos

*La masa de esta pizza es muy fina y suficiente como entrante para 3 a 4 personas. Si quiere hornear 2 bandejas una tras otra, duplique tanto las cantidades para la masa como para la cobertura.*

# Ternera

## con crema de calabaza y espinacas

Para 4–6 personas | Cuando viene visita a casa

1 Para la masa: Colocar la placa de strudel sobre una bandeja engrasada y pintar con mantequilla derretida. Espolvorear por encima algo de sal marina y chile, y hornear durante 5–8 minutos a 200°C hasta que esté dorada (Aire caliente, 2º nivel de bandeja). Dejar enfriar y romper la masa en trozos pequeños. Dejar enfriar el horno.

2 Sazonar el trozo de carne con sal y pimienta y freír vuelta y vuelta en aceite de oliva. Mezclar el cacao en polvo con el chile y rebozar la carne en esta mezcla. Cocinar en el horno durante 1 hora a 85°C (calor de bóveda y de solera, nivel medio de bandeja). Si utiliza la sonda térmica, la temperatura interior deberá de oscilar entre los 60 y 65°C.

3 Pelar la calabaza, cortar en dados pequeños y sofreír en mantequilla. Agregar la leche de coco y dejar guisar unos 10 minutos. Después, con ayuda de la batidora, hacer todo puré y sazonar con sal, pimienta y el zumo de lima.

### Ingredientes:

#### Para la masa:

100 g Masa para strudel o masa filo  
50 g Mantequilla derretida  
Sal marina  
Chili grueso, en polvo

#### Para la carne:

350 g Carne de ternera para guisar, en un trozo (grosor de 7 cm) · Sal  
Pimienta recién molida  
1 C Aceite de oliva  
1 c Cacao en polvo  
1 Punta de chile en polvo  
1 C Mantequilla

#### Para la calabaza:

250 g Calabaza  
1 c Mantequilla  
200 ml Leche de coco · Sal  
Pimienta c

El zumo de 1/2 lima

#### Para la guarnición:

200 g Espinacas frescas o canónigos  
2 C Aceite de oliva  
1 C Vinagre balsámico claro  
1 c Miel

#### Además:

Grasa para la bandeja de repostería

4 Para la guarnición: Lavar las espinacas y centrifugar para quitarles toda el agua. Mezclar el aceite de oliva, el vinagre y la miel y verter este aliño sobre la ensalada.

5 Después de cocinar la carne, pasarla por la mantequilla caliente y cortar en filetes finos. Distribuir la crema de calabaza sobre los platos y disponer los filetes, las hojas de strudel y las espinacas por capas.

### ► Sugerencias y trucos

*La calabaza es una hortaliza de la familia de Curcubitáceas, que comprende una gran diversidad de tipos. Las principales variedades son las calabazas de verano (calabaza bonetera, espagueti, rondini), y las de invierno, que suelen ser más ser más secas, fibrosas y dulces (calabaza de cidra y la confitera).*









# Pescados & Mariscos

Los pescados son a menudo la primera elección para las ocasiones especiales y son, además, el alimento ideal para una dieta sana y equilibrada a lo largo de todo el año. Para su preparación existen innumerables métodos. En ocasiones, para que conserven su fabuloso sabor, se envuelven en una costra de sal, en masa de hojaldre, en pergamino o en lonchas de jamón. En las páginas que siguen encontrará deliciosas recetas de pescados y mariscos, sofisticadas y, también, para los menús de cada día.

# Strudel crujiente de gambas con ensalada de tomate a la albahaca y alioli

Para 4–6 personas | Otra forma de comer crustáceos

1 Para el strudel: Freír el bacon hasta que esté crujiente y dejar escurrir en papel de cocina. Lavar las gambas, secar con papel de cocina y trocearlas. Sazonar con sal, pimienta y chile en polvo. Lavar el pescado, secar con papel de cocina y cortar en dados pequeños. Sazonar con sal y pimienta blanca. Con ayuda de la batidora o la picadora de mano, hacer puré los ingredientes, agregando 150 g de nata líquida muy fría. Agregar la nata restante y un chorrito de zumo de limón, y hacer de todo un puré fino. Verter el puré en una fuente, incorporar las gambas troceadas y desmenuzar el bacon crujiente. Poner el puré a enfriar.

2 Extender dos láminas de masa de strudel o masa filo, pintar con mantequilla derretida y colocar encima las otras láminas. Repartir el puré de gambas entre las dos placas, doblar los bordes y enrollarlas hacia arriba. Colocar los rollos sobre una bandeja de horno con papel de horno y pintar con mantequilla derretida. Hornear a 180°C durante 20–25 minutos (Aire caliente plus, 2º nivel, desde abajo).

## Ingredientes:

### Para los strudel:

80 g Bacon (en lonchas)  
1 C Aceite  
400 g Gambas peladas (listas para usar) · Sal  
Pimienta recién molida  
2 Puntas de chile en polvo  
300 g De pescado blanco, en un trozo (p. ej., bacalao)  
Pimienta blanca del molinillo  
350 g Nata líquida muy fría  
Zumo de limón  
4 Láminas de masa de strudel o masa filo  
50 g Mantequilla derretida

### Para el alioli:

1 Diente de ajo · Sal  
1 Ramillete de albahaca  
200 ml Aceite de oliva  
1 Yema de huevo  
1 c Mostaza  
El zumo de 1/2 limón  
Pimienta recién molida

### Para la ensalada:

500 g Tomates cherry  
1 Ramillete de perejil  
1 Cebolla roja  
2 C Aceite de oliva  
1 C Azúcar glas  
2 C Vinagre balsámico claro  
Sal · Pimienta recién molida

3 Para el alioli: Pelar y picar finamente el ajo. Agregar una pizca de sal y aplastar con la hoja del cuchillo. Lavar la albahaca, sacudir para secarla y quitar las hojitas. Agregar el aceite de oliva y hacer un puré fino. En una fuente, batir la yema de huevo con la mostaza. Con la batidora de varillas, incorporar el aceite de albahaca, vertiéndolo gota a gota en la fuente. Cuando la mezcla ya haya adquirido cierta consistencia, batir con más fuerza, vertiendo el aceite más rápidamente. Incorporar, removiendo, el puré de ajo y el zumo de limón y sazonar el alioli con sal y pimienta.

4 Para la ensalada: Lavar los tomates cherry y cortar por la mitad. Lavar el perejil, sacudir para secarlo, quitar las hojas y picarlas. Pelar la cebolla, cortar en láminas finas y sofreír en aceite de oliva. Incorporar los tomates y el perejil y rehogar unos 2–3 minutos. Agregar el azúcar glas y el vinagre y verterlo todo en una fuente. Sazonar con sal y pimienta.

5 Con ayuda de un cuchillo, cortar los strudel y servir con ensalada de tomate y el alioli.







# Dorada en costra de sal marina con salsa de lima y alcaparras

Para 4 personas | Pescado suave con aroma cítrico

1 Para el pescado: Pelar el ajo y picar finamente. Lavar bien el limón, secar y rallar la cáscara. Exprimir el limón. Mezclar la ralladura y el zumo de limón con el ajo,  $\frac{1}{2}$  c de pimienta y aceite de oliva. Lavar las doradas y secar con papel de cocina. Frotar por dentro y por fuera con la marinada.

2 Lavar 2 ramilletes de perejil, romero y tomillo, sacudir para secarlos y meter el perejil en el interior de las doradas. Quitar las hojas del romero y del tomillo y picar ambas finamente. En una fuente, mezclar las hierbas con la sal. Montar las claras a un punto medio sólido e incorporar a la sal. Al final, espolvorear por encima la harina y mezclar bien todo.

3 Poner papel de horno sobre una bandeja de horno y disponer la mitad de la sal sobre una superficie del tamaño de las doradas y con un grosor de 1 cm. Colocar las doradas por encima y cubrir por completo con la sal restante, apretando bien. Cocinar las doradas en el horno durante 50–60 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel, desde abajo).

4 Para la verdura: Pelar las patatas y cortar en dados de  $\frac{1}{2}$  cm. Blanquear las patatas en agua salada durante 2–3 minutos, refrescarlas

## Ingredientes:

### Para el pescado:

- 2 Dientes de ajo
- 1 Limón sin tratar
- Pimienta recién molida
- 4 C Aceite de oliva
- 2 Doradas (c/u 700 g; listas para cocinar)
- 4 Ramas de perejil
- 1 Manojito de romero
- 1 Manojito de tomillo
- 2,5 kg Sal marina gruesa
- 6 Claras de huevo
- 80 g Harina

### Para la verdura:

- 600 g Patatas para cocer
- Sal
- 8–10 Alcachofas pequeñas
- 4 C Aceite de oliva
- 1 Diente de ajo
- 6 Ramitas de tomillo
- Pimienta recién molida

### Para la mantequilla:

- 2–3 Limas
- 120 g Mantequilla
- 1 c Azúcar glas
- 2 1 Alcaparras pequeñas Sal
- Pimienta recién molida


en agua fría y dejar escurrir sobre papel de cocina. Retirar las hojas exteriores de las alcachofas y cortar las piezas en cuartos. Calentar el aceite de oliva en una sartén y freír las alcachofas. Agregar los dados de patata y rehogar unos 5 minutos. Lavar el tomillo y sacudir para secarlo, machacar algo el ajo, agregar ambos a la sartén y sazonar con sal y pimienta. Verter las verduras en un molde refractario.

5 15 minutos antes de finalizar el tiempo de cocción del pescado, introducir la mezcla de verduras en el horno (4º nivel de bandeja desde abajo) y cocinar simultáneamente con el pescado. Retirar el ajo y el tomillo después de finalizar la cocción.

6 Para la salsa: Pelar las limas cuidadosamente para eliminar también la piel blanca. Cortarlas en rodajas finas. Llevar a ebullición la mantequilla en una sartén (cuidando de que no se queme), incorporar las limas, el azúcar glas y las alcaparras y sazonar con sal y pimienta.

7 Servir las doradas en la costra de sal y romperla en la mesa. Acompañar el pescado con la crema de limas y alcaparras y las verduras.

# Trucha asalmonada con polenta a la almendra y espárragos verdes

Para 4 personas | Para la temporada del espárrago 

1 Para el pescado: En una sartén, tostar 60 g de las almendras sin aceite hasta que estén doradas. Llevar a ebullición la leche con 1 c de mantequilla e incorporar la polenta, removiendo continuamente. Agregar la cáscara de limón y las almendras crudas restantes (reservar unas pocas) y dejar hinchar unos 5 minutos. Sazonar con sal y pimienta.

2 Lavar los filetes de pescado, secar con papel de cocina y salpimentar. Colocar un filete con la piel hacia abajo y untar con la polenta. Colocar sobre él el otro filete con la piel hacia arriba. Atar con hilo de cocina.

3 Engrasar una bandeja de horno con aceite, colocar en ella el pescado y hornearlo durante 25–30 minutos a 180°C (función Clima, con 2 golpes de vapor, 2º nivel desde abajo). Activar el primer golpe de vapor al inicio de la cocción, y el segundo después de 10 minutos.

4 Pelar el tercio inferior de los espárragos y lavarlos. Lavar los tomates y secar con papel de cocina. Calentar el aceite de oliva en una sartén refractaria y freír los espárragos durante 3 ó 4 minutos.

## Ingredientes:

### Para el pescado:

100 g Almendras en laminas

175 ml Leche

2–3 C Mantequilla

50 g Polenta instantánea

1 C Ralladura de cáscara de limón

Sal

Pimienta blanca recién molida

2 Filetes de trucha asalmonada (c/u 450 g)

Aceite para la bandeja de horno

1 Ramillete de perejil

### Para los espárragos:

1 kg Espárragos verdes

400 g Tomates cherry

2 C Aceite de oliva

4 Ramitas de romero

El zumo de 1/2 limón

1 C Mantequilla

Sal

Pimienta recién molida

Azúcar

5 Lavar el romero y sacudir para secarlo. Agregar a los espárragos los tomates, los ramilletes de romero, el zumo de limón y la mantequilla. Sazonar con sal, pimienta y azúcar. 8 minutos antes de finalizar la cocción del pescado, introducir la bandeja con los espárragos en el 4º nivel del horno y cocinar simultáneamente con el pescado.

6 Lavar el perejil, sacudir para secarlo, quitar las hojas y picar gruesamente. Llevar a ebullición 2 C de mantequilla y agregar las almendras restantes, así como el perejil. 5 minutos antes de finalizar el tiempo de cocción, rociar el pescado con esta mezcla de mantequilla.

7 Repartir el pescado sobre 4 platos y servir los espárragos como guarnición.

## ► Sugerencias y trucos

*Una decoración muy bonita y fácil de hacer: Para cada plato, rebozar 1/2 limón con la cara de corte en azúcar y caramelizar en una sartén. Dejar enfriar algo las mitades de limón y servir con el pescado.*

# Salvelino

## (Trucha alpina o trucha ártica) relleno a la Toscana

Para 4 personas | Para cocineros con experiencia 

1 Para limpiar los pescados y quitarles la raspa, clavar la punta de un cuchillo afilado, a la altura de la cabeza por la parte ventral y practicar un corte de aproximadamente 1 cm, por el que con la ayuda del dedo, se sacarán las tripas. Seguidamente, introducir el cuchillo cuidadosamente entre la carne del pescado y la raspa y cortar cuidadosamente hacia la cola, separando la raspa. Repetir la operación por el otro lado. Una vez que la raspa central se haya separado de la carne, sacarla del pescado, con lo que éste estará listo para ser manipulado, extraer las espinas que queden con unas pinzas.

2 Lavar los pescados y secar con papel de cocina. Rociar con zumo de limón y sazonar con sal y pimienta.

3 Cortar la chapata en dados de 1/2 cm. Lavar el romero y sacudir para secarlo. Aplastar los dientes de ajo. Calentar 2 C de aceite de oliva en una sartén y tostar los dados de pan junto con el romero y el ajo. Después, retirar el ajo y el romero.

4 Practicar un corte en forma de cruz en la parte superior de los tomates y escaldarlos durante unos 20 segundos en agua hirviendo. Refrescarlos después. Pelar, cortar en cuartos,

### Ingredientes:

#### Para el pescado:

4 Salvelinos o truchas

(c/u 300–400 g;  
enteros)

El zumo de 1 limón

Sal

Pimienta recién molida

250 g Chapata

3 Ramitas de romero

1 Diente de ajo

8 C Aceite de oliva

3 Tomates

2 Cebollas rojas

1 Ramillete de albahaca

50 g Salami italiano

1 C Alcaparras

2 C Vinagre balsámico de

Módena

Aceite para la bandeja de

horno

#### Para el pesto:

1 Ramillete de albahaca

1 Ramillete de perejil

1 C Tomillo 1 Limón

40 g Piñones

1 Diente de ajo pequeño

200 ml Aceite de oliva

40 g Queso Parmesano rallado

Sal

Pimienta recién molida

eliminar las semillas y cortar en dados de 1 cm. Pelar la cebolla, cortar por la mitad y después en tiras finas.

5 Poner los dados de pan, los tomates y la cebolla en una fuente. Lavar la albahaca y sacudir para secarla. Quitar las hojas, desmenuzar el salami, o cortarlo con el cuchillo, y agregar a la fuente. Añadir las alcaparras, 3 C de aceite de oliva y el vinagre y mezclar todo. Sazonar con sal y pimienta. Rellenar el pescado con esta mezcla y atarlos con hilo de cocina.

6 Colocar el pescado sobre una bandeja de horno engrasada y rociar con el aceite de oliva restante. Cocinar en el horno durante 35–40 minutos a 160°C (función Clima, con 2 golpes de vapor, 2º nivel, desde abajo). Activar el primer golpe de vapor al inicio, y el segundo después de 10 minutos.

7 Para el pesto: Lavar las finas hierbas, sacudir para secar, y quitar las hojitas. Tostar los piñones en una sartén sin grasa. Pelar el ajo. Con ayuda de la batidora, hacer un puré con el aceite de oliva, las hojas de las hierbas, el queso Parmesano, los piñones y el ajo. Sazonar con sal y pimienta.

8 Retirar el pescado del horno y servir con el pesto. Se acompañará con ensalada mixta.





# Bacalao

## con mejillones al azafrán en papillote

Para 4 personas | Mediterráneo con un toque exótico

- 1 Para el pescado: Llevar a ebullición el vino con el martini y el azafrán y dejar reposar 15 minutos.
- 2 Practicar un corte en forma de cruz en la parte superior de los tomates, escaldar durante unos 20 segundos en agua hirviendo, refrescar, pelar, cortar en cuartos, quitar las semillas y cortar en trozos pequeños. Cortar el chile longitudinalmente, quitar las semillas, lavar y cortar en trozos pequeños. Cortar la mantequilla en dados. Lavar la albahaca, sacudir para secarla, quitar las hojas y cortarlas en tiras.
- 3 Lavar los filetes de pescado, secar con papel de cocina, rociar con el zumo de limón y sazonar con sal y pimienta. Limpiar bien los mejillones bajo el grifo, y desechar los que ya estén abiertos.
- 4 Preparar 4 hojas de papel de horno (c/u 30 x 24 cm) y doblar cada una por la mitad, después doblar los bordes dos o tres veces para que quede como un sobre abierto. Repartir los mejillones en los sobres. Agregar los tomates, el chile y las hojas de albahaca. Colocar por encima de los mejillones un filete de pescado y añadir 50 ml de la mari-

### Ingredientes:

#### Para el pescado:

- 150 ml Vino blanco
- 50 ml Martini (seco)
- 1 g Azafrán en hebra
- 4 Tomates
- 1 Chile rojo
- 100 g Mantequilla
- 1 Ramillete de albahaca
- 4 Filetes de bacalao (c/u 200 g)
- El zumo de 1/2 limón
- Sal
- Pimienta recién molida
- 600 g Mejillones

#### Para las patatas:

- 800 g Patatas pequeñas (para cocer)
- Sal
- 2 C Mantequilla
- 2 C Pan rallado
- 4 Ramitas de tomillo
- Pimienta recién molida

nada de azafrán. Meter los dados de mantequilla y cerrar los sobres, doblando el borde dos o tres veces.

- 5 Colocar los sobres sobre una bandeja y cocinar en el horno durante 20–25 minutos a 200°C (Aire caliente plus, 2º nivel, desde abajo).
- 6 Cocer las patatas en agua salada, refrescar, dejar enfriar y pelar.
- 7 Derretir la mantequilla en una sartén y dorar el pan rallado. Lavar el tomillo, sacudir para secarlo. Pasar las patatas por la mantequilla y el tomillo. Sazonar con sal y pimienta.
- 8 Repartir los papillotes sobre los platos. Servir las patatas por separado.

### ►► Sugerencias y trucos

*Si se abren los papillotes en la mesa, desprenderán un fantástico olor que estimulará el apetito. Podrá acompañarlo con alioli, ensalada de rúcula y pan tostado.*



# Goulash de carpa al estilo húngaro

Para 4–6 personas | ¡Saludos desde Hungría!

1 Según gusto, dejar el chucrut en remojo durante la noche, para quitarle acidez. Lavar los filetes de carpa, secar con papel de cocina y sazonar con sal y pimienta. Cortar en trozos de unos 4 cm.

2 Pelar la cebolla y el ajo y cortar ambos en dados finos. Calentar 2 C de mantequilla y sofreír la cebolla y el ajo en una cacerola. Agregar el comino, la mitad de la cáscara de limón, el pimentón, las hojas de laurel y el tomate frito, y guisar todo durante 1–2 minutos.

3 Lavar la mejorana y sacudir para secarla. Exprimir bien el chucrut. Agregar a la cacerola el fondo de pescado, 200 g de nata agria, los ramilletes de mejorana y el chucrut. Si no consiguiera nata agria, vea cómo prepararla en las sugerencias de la página 24. Agregar los trozos de pescado y remover brevemente. Asar tapado en el horno a 140°C durante 40–45 minutos (Aire caliente plus, 2º nivel, desde abajo).

## Ingredientes:

700 g Chucrut  
1 kg Filetes de carpa (sin piel)  
Sal  
Pimienta recién molida  
150 g Cebolla blanca  
2 Dientes de ajo  
3 C Mantequilla  
1 c Comino molido  
Ralladura de la cáscara de  
2 limones  
1/2 C Pimentón dulce  
2 Hojas de laurel  
2 C Tomate frito  
6 Ramitas de mejorana  
600 ml Fondo de pescado o de  
verdura  
350 g Nata agria para cocinar  
El zumo de 1 limón  
4 Rebanadas de pan de molde  
1 C Aceite

4 Mezclar la nata agria restante con el zumo de limón y la cáscara restante. Sazonar con sal y pimienta. Cortar el pan en dados pequeños. Calentar la mantequilla restante con el aceite en una sartén y dorar los dados de pan. Salar según gusto.


5 Emplatar el goulash de carpa y disponer por encima un poco de nata agria y los costrones. Se acompañará con patatas al perejil (véanse las sugerencias).

## ►► Sugerencias y trucos

Cocer 800 g de patatas nuevas en agua salada y 1 c de semillas de comino, refrescar y pelar. Llevar a ebullición 1 C de mantequilla, agregar las hojas de 1/2 ramillete de perejil y saltear las patatas.

# Pargo

## en hoja de banana con salsa de tres aromas

Para 2–3 personas | Un pescado noble con un toque asiático 

1 Lavar el pescado y secar con papel de cocina. Pelar el jengibre y el ajo. Picar ambos finamente y hacer una pasta en el mortero junto con  $\frac{1}{2}$  c de sal marina. Agregar el aceite removiendo. Practicar incisiones oblicuas con una distancia de 3 cm en ambas caras del pescado y frotarlo con la pasta. Cortar las raíces del cilantro y separar. Lavar el cilantro y sacudir para secarlo. Introducir los ramilletes de cilantro en el interior del pescado.

2 Doblar las hojas de banana por la mitad y calentar sobre la placa para que se vuelvan más elásticas. Envolver el pescado en las mismas, atándolas con hilo de cocina. Colocar sobre la parrilla del horno y asar durante 40–45 minutos a  $180^{\circ}\text{C}$  (función Clima con 2 golpes de vapor, 2º nivel, desde abajo). Introducir una bandeja de repostería por debajo de la parrilla para recoger el jugo. Activar el primer golpe de vapor al inicio y el segundo después de 10 minutos.

### Ingredientes:

#### Para el pescado:

1,2 kg Pargo  
3 cm Jengibre  
1 Diente de ajo  
Sal marina  
2 C Aceite  
1 Manojito de cilantro fresco con raíces (lo conseguirá en tiendas de productos asiáticos de alimentación)  
1 Hoja de banana o papel de horno

#### Para la salsa:

5 Dientes de ajo  
5 Chalotas rosas  
2 Chiles rojos  
200 ml Aceite  
3 C Azúcar de palma  
3 C Salsa de pescado (de la tienda de productos asiáticos)  
1 c Pasta de tamarindo (de la tienda de productos asiáticos)  
El zumo de 2 limas  
1 Manojito de albahaca tailandesa

3 Para la salsa: Lavar las raíces de cilantro, secar con papel de cocina picar finamente. Pelar los dientes de ajo y las chalotas y picar también finamente. Cortar los chiles longitudinalmente por la mitad, quitar las semillas y lavar. Hacerlo todo puré en el mortero o en la batidora. Calentar 1 C de aceite en un cazo y sofreír durante 2–3 minutos. Agregar el azúcar de palma, la salsa de pescado, la pasta de tamarindo y el jugo de lima y cocer hasta que se haya disuelto el azúcar.

4 Lavar la albahaca, sacudir para secar, y quitar las hojitas. Freír las hojas en el aceite restante y dejar escurrir sobre papel de cocina. Para servir, colocar el pescado sobre una bandeja y abrir la hoja de banana. Poner por encima la salsa y la albahaca.

### ► Sugerencias y trucos

*Podrá acompañar el pescado con arroz aromático (jazmín o basmati) y verduras asadas: p. ej., mazorquitas de maíz, cebolletas, pimiento o espárragos verdes. Sazonar con salsa de soja y una pizca de azúcar.*



# Popietas de Rape con cebolletas y pan de ajo

Para 4–6 personas | Plato ligero de verano

1 Para el pescado: Lavar los filetes de rape y secar con papel de cocina. Lavar la albahaca y sacudir para secar. En la batidora, hacer una pasta con los tomates, los piñones, la albahaca y el aceite de oliva. Untar la pasta sobre los filetes de pescado y sazonar con pimienta. Para las popietas, disponer cada vez 5 lonchas de jamón de modo que una quede solapada con la otra, colocar los filetes sobre la parte inferior y enrollar hacia arriba.

2 Freír las popietas en aceite unos 2–3 minutos por todos los lados en una sartén. Después, colocarlas en una bandeja y cocinar en el horno durante 15–20 minutos a 200°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel, desde abajo).

3 Entretanto, limpiar y lavar las cebolletas y cortar en trozos de 6 cm. Caramelizar el azúcar glas en una sartén, agregar las cebolletas y la mantequilla y desleír con el fondo de pollo. Sofreír las cebolletas hasta que estén transparentes.

## Ingredientes:

### Para el pescado:

2 Filetes de rape  
(c/u 400 g)  
10 Hojas de albahaca  
6 Tomates secos  
40 g Piñones  
4 C Aceite de oliva  
Pimienta gruesa recién molida  
10 Lonchas de jamón de Parma  
o similar  
1 C Aceite

### Para la cebolla:

3 Manojos de cebolletas  
1 c Azúcar glas  
1 C Mantequilla  
100 ml Fondo de ave o de  
verduras

### Para el pan:

8 Rodajas de pan  
Aceite de oliva  
1 Diente de ajo

4 Retirar las popietas de rape del horno. Disponer las rebanadas de pan sobre una bandeja de repostería y rociarlas con unas gotas de aceite de oliva. Tostar en el horno a 240°C (grill grande, 3er nivel). Pelar el ajo y cortar por la mitad. Quitar el pan de la bandeja, dejar enfriar algo y restregar con el ajo.

5 Cortar las popietas de pescado en rodajas. Poner la cebolleta rehogada sobre las rebanadas de pan y, sobre ello, colocar las rodajas de pescado.

## ►► Sugerencias y trucos

Como alternativa podrá servir el pescado con polenta. Para ello, verter 80 g de polenta instantánea en 350 ml de leche hirviendo, removiendo continuamente. Dejar hinchar durante unos 5 minutos. Incorporar 50 g de queso Parmesano rallado y 1 C de mantequilla. Sazonar con sal y nuez moscada.



# Pulpo

## con puré de patatas

Para 4 personas | Necesita algo de paciencia

- 1 Lavar el pulpo y secar con papel de cocina. Dejar cocer en abundante agua salada durante 5 minutos, escurrir y cortar en trozos regulares. Pelar la cebolla, las zanahorias y el apio y cortar todo en dados.
- 2 En una cacerola, calentar el aceite de oliva y freír la cebolla. Agregar la zanahoria y el apio y sofreír igualmente. Después, agregar el tomate frito, dejar cocer brevemente y desleír con vino tinto. Dejar reducir por completo y agregar los tomates.
- 3 Pelar el ajo, picarlo finamente e incorporar al guiso. Lavar el tomillo y sacudir para secar. Agregar los trozos de pulpo y los ramilletes de tomillo a la verdura. Sazonar con sal y pimienta. Dejar estofar tapado en el horno durante 1/2–2 horas a 140°C (Aire caliente plus, 2º nivel, desde abajo).
- 4 Para el puré: Pelar las patatas, lavarlas y cortar en trozos de 2 cm. Hervir en agua salada, escurrir y dejar enfriar algo en la olla. Calentar la leche y agregar la mitad a las patatas.

### Ingredientes:

#### Para el pulpo:

- 1 kg Pulpo (listo para usar)
- Sal
- Cebolla, zanahoria y apio (100 g c/u)
- 2 C Aceite de oliva
- 1 C Tomate frito
- 150 ml Vino tinto
- 600 g Tomate en trozos (lata)
- 2 Dientes de ajo
- 1 Manojito de tomillo
- Pimienta recién molida
- 1 Ramillete de perejil
- 1 C Ralladura de cáscara de limón
- 1 C Alcaparras

#### Para el puré:

- 600 g Patatas (de consistencia harinosa después de cocidas)
- Sal
- 300 ml Leche
- 50 ml Aceite de oliva
- 50 g Queso Parmesano rallado
- Nuez moscada rallada

#### Además:

- 2 Limones
- 2 C Azúcar

- 5 Agregar el aceite de oliva y el queso Parmesano y machacar todo con el aplastador de patatas. Incorporar lentamente la leche restante, removiendo continuamente, hasta obtener un puré de consistencia cremosa. No remover en exceso, puesto que se vuelve pegajoso. Sazonar con sal y nuez moscada.
- 6 Lavar los limones con agua caliente, secar con papel de cocina y cortar transversalmente por la mitad. Rebozar las caras de corte en azúcar. Calentar una sartén sin grasa y caramelizar los limones con la cara de corte hacia abajo. Sacar de la sartén y separar.
- 7 Retirar la cacerola del horno y quitar el tomillo. Lavar el perejil, sacudir para secar, quitar las hojas y picar. Agregar el perejil a la salsa, junto con la cáscara de limón y las alcaparras, y remover todo.
- 8 Servir el pulpo con la salsa de verduras y el puré de patatas. Decorar los platos con los limones escarchados.

# Bogavante gratinado

## con crema de apio y mantequilla a la vainilla

Para 2 personas | Para gourmets

1 Para el bogavante: Limpiar y lavar las verduras para sopa y picarlas. Dejar cocer las verduras con el comino, el vinagre, la hoja de laurel y los granos de pimienta durante 20 minutos.

2 Sujetar el bogavante unos 2–3 minutos con la cabeza hacia abajo para adormecerlo algo y después, igualmente con la cabeza abajo, sumergirlo en el agua hirviendo. Dejar cocer unos 8–10 minutos y refrescar después en agua fría. Cortar el bogavante longitudinalmente con ayuda de un cuchillo grande y arrancar las pinzas. Quitar la carne del caparazón y de las patas. Lavar las mitades del caparazón y secar con papel de cocina.

3 Para la mantequilla: Lavar la albahaca y sacudir para secar. Con la batidora de mano, batir con la mantequilla, las semillas de vainilla y las hojas de albahaca. Agregar removiendo 2 pizcas de sal marina y 1 pizca de chile en polvo. Disponer un trozo de film transparente, poner encima la pasta de albahaca, hacer un rollo de 3–4 cm y poner a enfriar.

### Ingredientes:

#### Para el bogavante:

1 Bandejita de verduras frescas para sopa  
1 C Semillas de comino  
100 ml Vinagre de vino blanco  
1 Hoja de laurel  
1 C Pimienta negra en granos  
1 Bogavante (700–800 g)

#### Para la mantequilla:

10 Hojas de albahaca  
80 g Mantequilla blanda  
Las semillas de  $\frac{1}{2}$  vaina de vainilla  
Sal marina gruesa  
Chile en polvo

#### Para la crema:

250 g Apio  
1 c Mantequilla  
150 g Nata líquida  
Sal  
Pimienta recién molida  
Nuez moscada rallada

4 Para la crema: Pelar el apio y cortar en dados de  $\frac{1}{2}$  cm. Calentar la mantequilla en un cazo y sofreír el apio. Agregar la nata líquida y dejar cocer a fuego lento durante unos 15 a 20 minutos. Hacer el apio puré y sazonar con sal, pimienta y nuez moscada.

5 Llenar las mitades de caparazón con la crema de apio. Cortar la carne del bogavante en trozos regulares y ponerlos encima de la crema. Colocar las mitades de caparazón sobre la parrilla del horno y asar durante 5 minutos a 200°C (grill grande, 3er nivel de bandeja).

6 Cortar el rollo de mantequilla en rodajas de  $\frac{1}{2}$  cm de grosor, poner encima del bogavante y asar al grill durante 2–3 minutos hasta que la mantequilla se haya derretido.

### ► Sugerencias y trucos

*Podrá acompañar el bogavante con pasta fettuccine: Para 2 personas: Cocinar en abundante agua salada 250–300 g de pasta hasta que esté “al dente” (observe las instrucciones en el envase). Calentar un poco de aceite de oliva y saltear la pasta. Sazonar con sal marina espolvoreada por encima.*



# Calamares rellenos al jengibre con salsa de tamarindo

Para 4–6 personas | De la cocina asiática

- 1 Para el pescado: Lavar las gambas, secar con papel de cocina y picar finamente. Marinar durante 30 minutos en zumo de lima, salsa de pescado y 1 c de salsa de soja. Lavar el filete de pescado, secar con papel de cocina y cortar en dados pequeños y salar. Poner en una fuente, agregar la nata líquida y batir en la batidora. Incorporar las gambas en la farsa de pescado.
- 2 Lavar los calamares, secar con papel de cocina y rellenar con la farsa. Cerrar las aberturas con palillos. Colocar los calamares en un molde refractario engrasado y rociar con la salsa de soja restante. Cocinar en el horno durante 15–20 minutos a 220°C (Aire caliente plus, 2º nivel, desde abajo).
- 3 Pelar el jengibre y cortar en tiras finas. Calentar el aceite en una sartén y freír el jengibre unos 3–4 minutos. Dejar escurrir sobre papel de cocina.

## Ingredientes:

### Para el pescado:

- 300 g Gambas peladas
- 1 C Zumo de lima
- 1 C Salsa de pescado (de la tienda de productos asiáticos)
- 3 c Salsa de soja clara
- 100 g Filete de pescado blanco (p. ej., bacalao, gallineta)

Sal

- 120 g Nata líquida muy fría
- 16–20 Calamares pequeños

Grasa para el molde

80 g Jengibre

2 C Aceite

### Para la salsa:

- 1 C Pasta de tamarindo (de la tienda de productos asiáticos)
- 2 C Mousse de ciruelas
- 1 C Salsa de pescado (de la tienda de productos asiáticos)
- 2 c Salsa de soja clara
- 100 ml Caldo de pollo
- 1 Chile rojo

### Además:

- 1 Manojito de cilantro fresco
- 100 g Cacahuets tostados (salados)

4 Para la salsa: Llevar a ebullición el caldo de pollo con la pasta de tamarindo, la mousse de ciruelas, la salsa de pescado y la salsa de soja. Verter esta mezcla en una fuente. Cortar longitudinalmente los chiles, quitar las semillas, lavar y picar finamente. Agregar a la salsa, según gusto.

5 Lavar el cilantro y sacudir para secarlo, quitar las hojas y picarlas gruesamente. Machacar también gruesamente los cacahuets.

6 Espolvorear por encima de los calamares el cilantro, el jengibre frito y los cacahuets. Servir con la salsa por separado. Decorar los platos con gajos de lima.

## ►► Sugerencias y trucos

*Los frutos del tamarindo contienen una pulpa con semillas. La pasta de tamarindo tiene un sabor agridulce y es un condimento utilizado en la cocina tailandesa e indonesia.*









# Aves

Las aves son ideales para iniciarse en un viaje culinario alrededor del globo. Ya sea con aromas asiáticos, o con preparaciones tradicionales de la cocina mediterránea, los cocineros pueden dar alas a su fantasía combinando los ricos sabores de las distintas carnes con ingeniosas salsas y todo tipo de frutas y verduras. Con su carne tierna de bajo contenido en grasa, las aves son ideales para una dieta equilibrada y sana.



# Pollo de corral en papillote con migas de bacon y perejil

Para 4 personas | Pollo tierno con costra crujiente

1 Pelar el ajo y picarlo finamente. Lavar el orégano y sacudir para secarlo. Quitar las hojas y picarlas. Mezclar en una fuente el ajo, la mantequilla, el orégano y la ralladura de limón con una pizca de sal marina y pimienta.

2 Lavar los filetes de pollo y secar con papel de cocina. Rebozar los filetes en la mezcla de mantequilla y dejar marinar durante 15 minutos. Limpiar las setas, frotándolas con papel de cocina, y cortar en trozos pequeños.

3 Preparar 4 láminas de papel de aluminio (c/u 30 x 40 cm), doblar cada una por la mitad, después doblar los bordes dos o tres veces para que quede como un sobre abierto. Introducir en cada uno de los sobres 1 filete de pollo y setas. Verter cada vez una cuarta parte del vino en cada sobre y cerrar las aberturas, replegando el borde 2–3 veces. Colocar los sobres en la parrilla del horno y cocinar durante 25–30 minutos a 200°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Colocar una bandeja de horno en el nivel inferior para recoger el jugo.

## Ingredientes:

- 1 Diente de ajo
- 1 Manojito de orégano
- 2 C Mantequilla derretida
- 1 C Ralladura de la cáscara de un limón
- Sal marina
- Pimienta recién molida
- 4 Filetes de pechuga de pollo de corral (c/u 220 g)
- 500 g Setas variadas (p. ej., cantarelas, setas de ostra, setas de cardo)
- 80 ml Vino blanco seco
- 1 Ramillete de perejil
- Aceite para freír
- 8 Lonchas de bacon
- 2 C Crème fraîche

4 Lavar el perejil, secar con papel de cocina y quitar las hojas. Calentar una abundante cantidad de aceite y freír las hojas de perejil hasta que estén crujientes. Dejar escurrir sobre papel de cocina y salar según gusto.

5 Freír las lonchas de bacon en una sartén hasta que estén crujientes. Hacer pedacitos el bacón y el perejil y verter en una fuente para servir.

6 Retirar los filetes de pollo del horno y repartir sobre 4 platos. Se sirven en papillote y se abren directamente en la mesa. Una vez abiertos se pone por encima un poco de crème fraîche y se espolvorean con las migas de bacon y perejil.

## ►► Sugerencias y trucos

*Se acompañará con patatas nuevas y espárragos. Los pollos de corral se alimentan fundamentalmente de granos de maíz, lo que explica el tono amarillo de su piel y de su carne que tiene un aroma intenso.*



# Pularda asada con chorizo y patatas hervidas

Para 4 personas | ¡Viva España! 

1 Para la pularda: Lavar la pularda por dentro y por fuera y secar con papel de cocina. Sazonar toda la pieza con sal y pimienta. Lavar la mejorana y el perejil, sacudir para secar y separar 5 ramilletes de perejil. Quitar las hojas del perejil restante y de la mejorana y picar ambas finamente. Con ayuda del mango de una cuchara o con un cuchillo, levantar cuidadosamente la piel de la pechuga, de modo que se forme un bolsillo. Introducir una mitad de las hojas picadas y unas rodajas de chorizo por debajo de la piel de la pularda.

2 Practicar 2–3 incisiones de 1 cm de profundidad en los muslos. Introducir en éstas las hierbas frotando, e insertar las rodajas de chorizo. Lavar el limón, hacer 2 incisiones longitudinales e insertar las hojas de laurel. Poner el limón en el vientre de la pularda, frotar con aceite de oliva y bridar la pieza con hilo de cocina.

3 Colocar la pularda sobre la bandeja universal y asarla en el horno durante 60–70 minutos a 160°C (función Clima con 2 golpes de vapor, 2º nivel de bandeja). Activar el primer golpe de vapor al inicio y el segundo después de 30 minutos.

## Ingredientes:

### Para la pularda:

- 1 Pularda (aprox. 1,5 kg; lista para cocinar)
- Sal
- Pimienta recién molida
- 1 Manojito de mejorana
- 1 Ramillete de perejil
- 200 g Chorizo (en rodajas)
- 1 Limón
- 2 Hojas de laurel
- 4 C Aceite de oliva

### Para la verdura:

- 500 g Zanahorias pequeñas (grosor de 1½ cm; con hojas)
- 1 Naranja
- 2 Dientes de ajo
- 1 C Mantequilla derretida
- 1 c Azúcar
- Sal
- Pimienta recién molida

### Para las patatas:

- 800 g Patatas pequeñas
- 1 C Sal marina

4 Para la verdura: Pelar las zanahorias, lavar la naranja, cortar en octavos y aplastar los dientes de ajo sin pelarlos. Mezclar todo, junto con los 5 ramilletes de perejil, la mantequilla derretida, el azúcar, la sal y la pimienta. Verter esta mezcla en un molde refractario y cocinar al horno tapado con papel de aluminio durante 30 minutos (4º nivel de bandeja).

5 Lavar las patatas y meterlas en una olla. Agregar 200 ml de agua, salar y hervir hasta que el agua se haya evaporado. De este modo se deposita una capa de sal en las patatas. Retirar las patatas y 30 minutos antes de finalizar el asado del pollo, agregar las patatas a la bandeja y cocinar ambos el tiempo restante.

6 Retirar el ajo, los trozos de naranja y el perejil, poner todo en un chino y exprimir la mezcla por encima de las zanahorias. Servir la pularda con las patatas hervidas y las zanahorias.



# Pintada tailandesa

## con ensalada de aguacate y pomelo

Para 4 personas | Para los amantes de la cocina asiática 

1 Para la pintada: Lavar las pintadas por dentro y por fuera y secar con papel de cocina. Con ayuda de una tijera de trinchar aves, cortar las piezas en dos, a lo largo de la columna vertebral, y abrirlas. En los muslos, hacer 2–3 cortes con un cuchillo.

2 Limpiar la hierba limón, pelar los tallos, sacar la parte blanda y picarla. Pelar y picar el ajo. Lavar el cilantro, sacudir para secarlo y picar finamente. Meter la hierba limón, el ajo, el cilantro, la salsa de pescado y el azúcar de palma en un mortero o en la batidora y hacer de todo una pasta, a la que se incorporan el aceite y la pimienta removiendo. Frotar con esta pasta la piel de las pintadas y dejar marinar durante 2 horas.

3 Colocar las pintadas con la piel hacia arriba en la parrilla del horno y cocinar durante 40–50 minutos a 160°C (función Clima, con 2 golpes de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Colocar la bandeja universal por debajo de la parrilla. Activar el primer golpe de vapor al inicio y el segundo, después de 10 minutos. Si no se hubieran dorado suficientemente, dorarlas bajo el grill (grande) durante 5 minutos a 240°C, con la

### Ingredientes:

#### Para la pintada:

- 2 Pintadas (c/u 1 kg; listas para usar)
- 2 Tallos de hierba limón
- 4 Dientes de ajo
- 12 Ramitas de cilantro
- 5 C Salsa de pescado (de la tienda de productos asiáticos)
- 2 C Azúcar de palma o azúcar cande
- 4 C Aceite de cacahuete
- 1/2 c Pimienta blanca recién molida

#### Para la ensalada:

- 2 Aguacates maduros
- 1 Pomelo rosa
- 2 Cebolletas
- 1 Chile rojo
- 1 C Salsa de pescado (de la tienda de productos asiáticos)
- 1 C Azúcar
- El zumo de 1 lima
- 1 C Hierbabuena (cortada en tiritas)

bandeja en el 2º nivel de bandeja desde abajo.

4 Para la ensalada: Pelar los aguacates, cortarlos por la mitad, quitar el hueso, y filetearlos finamente. Pelar el pomelo cuidando de eliminar también la piel blanca amarga, separar los gajos y quitar las pieles que los recubren. Limpiar y lavar las cebolletas y cortar en aros finos. Poner todos los ingredientes en una fuente.

5 Cortar longitudinalmente los chiles, quitar las semillas, lavar y picar finamente. Mezclar removiendo con la salsa de pescado, el azúcar, el zumo de lima y la hierbabuena. Aderezar la ensalada con este aliño. Servir las pintadas con la ensalada.

### ► Sugerencias y trucos

*En lugar de pintadas podrá utilizar pularda o pollo de corral. Una vistosa decoración se consigue con mitades de lima o de limón escarchadas (véase la página 42). Como complemento podrá servir baguette, arroz o ensalada.*



# Pollitos de corral “en croûte” con limas y pepinos al cilantro

Para 4 personas | Pollito “en croûte”

1 Para el pollo: Amasar la harina con la sal y  $\frac{1}{2}$  l de agua tibia hasta lograr una consistencia suave.

2 Lavar los pollitos por dentro y por fuera y secar con papel de cocina. Lavar las limas, secar y pelar cuidadosamente para obtener tiras finas de piel. Exprimir la lima. Pelar y picar el ajo. Pelar el jengibre y laminar. Con ayuda de la batidora, hacer una pasta de la cáscara de lima, el ajo, el jengibre, el azúcar, la sal y la pimienta. Mezclar removiendo con el aceite de oliva y el zumo de lima, y frotar los pollitos con esta marinada.

3 Separar la masa en cuatro porciones y aplanar cada una hasta que tenga un grosor de  $\frac{1}{2}$  cm. Colocar los pollitos sobre la masa, cerrarla como si fuera un saquito y apretar bien los bordes.

4 Colocar los pollitos sobre una bandeja forrada con papel de horno durante 55–60 minutos a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Dejar reposar unos minutos y romper la masa.

## Ingredientes:

### Para el pollo:

- 1 kg Harina
- 100 g Sal
- 4 Pollitos de corral (c/u aprox. 350 g)
- 2 Limas sin tratar
- 2 Dientes de ajo
- 3 cm Jengibre
- 1 C Azúcar de palma
- Sal
- Pimienta recién molida
- 6 C Aceite de oliva
- Para los tomates:**
- 2 Pepinos
- 50 g Azúcar
- 40 ml Vinagre de arroz o vinagre balsámico claro
- 1 Manojito de cilantro fresco
- Sal
- Pimienta del molinillo

5 Pelar los pepinos, cortarlos en rodajas finas y ponerlos en una fuente de servir. Caramelizar el azúcar en un cazo hasta que esté ligeramente dorado y desleír con el vinagre. Aderezar los pepinos con este aliño. Lavar el cilantro y sacudir para secarlo. Quitar las hojitas, picarlas finamente y mezclar con los pepinos. Sazonar con sal y pimienta


6 Servir los pollitos con la ensalada de pepino. Se acompañará con arroz aromático (jazmín o basmati) y verduras asadas, como cebolletas o col China (repollo).

## ►► Sugerencias y trucos

Como alternativa podrá marinar los pollitos con una pasta hecha de finas hierbas como albahaca y perejil, con ajo y aceite de oliva. Naturalmente podrá usar también muslos de pollo.



# Pava joven con relleno de calabaza y vinagreta de arándanos rojos con jarabe de arce

Para 4–6 personas | Una tradición norteamericana: Día de Acción de Gracias 

1 Lavar la pava por dentro y por fuera. Secarla con papel de cocina y frotarla con sal y pimienta. Pelar la manzana, quitar las pepitas y cortar en dados de  $\frac{1}{2}$  cm. Pelar la cebolla y cortar en dados de  $\frac{1}{2}$  cm. Lo mismo con la carne de la calabaza. Lavar el manojito de salvia, sacudir para secar, y quitar las hojas. Pelar el jengibre y picar ambos ingredientes finamente.

2 Calentar 2 C de aceite en una sartén y rehogar la cebolla en dados durante 2–3 minutos. Después, agregar los dados de calabaza y manzana y guisar con la cebolla otros 2–3 minutos. Agregar el jengibre y la salvia picados. Sazonar con sal y pimienta. Poner la verdura en una fuente grande, y limpiar la sartén con papel de cocina.

3 Cortar el pan en dados. Calentar las restantes 2 C de aceite y 1 C de mantequilla derretida en la sartén. Freír los dados de pan hasta que estén dorados (5–7 minutos) y agregarlos después a la verdura. Batir los huevos. Incorporar y mezclar sucesivamente la leche, los huevos batidos y la sémola a la mezcla de verduras con el pan. Sazonar con sal, pimienta y nuez moscada. Dejar reposar la mezcla durante 30 minutos.

## Ingredientes:

1 Pava (3–3,5 kg; lista para cocinar)  
 Sal  
 Pimienta recién molida  
 1 Manzana  
 100 g Cebolla  
 400 g Carne de calabaza  
 $\frac{1}{2}$  Manojito de salvia o perejil  
 5 cm Jengibre  
 4 C Aceite  
 250 g Pan de molde  
 100 g Mantequilla derretida  
 200 ml Leche caliente  
 3 Huevos (tamaño medio)  
 1–2 C Sémola de trigo duro  
 Nuez moscada rallada  
 200 g Bacon (en lonchas)  
 800 ml Caldo de pollo  
 150 g Arándanos rojos secos  
 50 ml Vinagre de manzana  
 2–3 C Jarabe de arce  
 80 ml Aceite de pepita de uva

4 Rellenar la pava con la mezcla de verduras y coser la abertura con hilo de cocina. Colocar la pieza sobre la bandeja universal y pintar con mantequilla derretida. Albardar con las lonchas de bacon. Verter el caldo de pollo en la bandeja y asar al horno durante  $4\frac{1}{2}$ –5 horas a  $150^{\circ}\text{C}$  (Función Clima, con 3 golpes de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo. Rociar de vez en cuando con el caldo. Activar el primer golpe de vapor al inicio y lo mismo cada hora.

5 Quitar las lonchas de bacon una hora antes de finalizar el tiempo de cocción y verter el caldo en una olla. Volver a meter la pava en el horno y finalizar la cocción. Dejar reducir el caldo a 300 ml. Picar los arándanos, y agregarlos al caldo junto con el vinagre y el jarabe de arce. Dejar macerar 30 minutos. Incorporar batiendo el aceite de pepita de uva y sazonar con pimienta. Servir la pava con la vinagreta y acompañar con el bacon. Podrá servir puré de batata y mazorquitas asadas de maíz.

# Muslos de pavo

## con salsa verde y verduras asadas al grill

Para 4 personas | Con finas hierbas

1 Para la carne: Lavar los muslos de pavo y secar con papel de cocina, frotar con sal y pimienta y colocar uno al lado de otro en un molde refractario. Lavar las finas hierbas y sacudir para secarlas. Aplastar los dientes de ajo sin pelar. Calentar el aceite de oliva y agregar las hierbas, el ajo y la mitad de la ralladura de limón. Verter la mezcla sobre los muslos de pavo y asar al horno durante 2<sup>1</sup>/<sub>2</sub> –3 horas a 140°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

2 Para la salsa: Lavar los ramilletes de finas hierbas, sacudir para secarlos, y quitarles las hojas. Pelar el ajo. En la batidora, hacer un puré con el ajo, las alcaparras, las hierbas, las anchoas, la mostaza y el vinagre. Incorporar el aceite de oliva y sazonar con sal y pimienta.

3 Para la verdura: Cortar los pimientos longitudinalmente por la mitad, quitar las semillas, lavar y cortar en cuartos. Pelar la cebolla y cortar en aros finos. Limpiar y lavar los calabacines y la berenjena y cortar ambos en rodajas finas. Lavar el romero, sacudir para secarlo, quitar las hojitas y picarlas finamente. Aplastar el ajo sin pelarlo. Poner todos los ingredientes junto con el

### Ingredientes:

#### Para la carne:

2 Muslos de pavo (c/u 600 g)  
Sal · Pimienta recién molida  
1 Ramillete de finas hierbas  
(p. ej., romero, tomillo, salvia)  
8 Dientes de ajo  
700 ml Aceite de oliva  
Ralladura de la cáscara de un limón

#### Para la salsa:

2 Ramilletes de perejil  
2 Ramilletes de albahaca  
2 Dientes de ajo  
1 C Alcaparras  
3 Anchoas en aceite  
1 C Mostaza medio picante  
2 C Vinagre de vino blanco  
80–100 ml Aceite de oliva  
Sal · Pimienta recién molida

#### Para la verdura:

1 Pimiento rojo  
1 Pimiento amarillo  
1 Cebolla blanca  
2 Calabacines · 1 Berenjena  
1/2 Manojito de romero  
1 Diente de ajo  
80 ml Aceite de oliva  
Sal marina  
Pimienta recién molida  
1 C Ralladura de la cáscara de un limón

aceite de oliva en un bol, sazonar con sal marina y pimienta, y dejar macerar unos 20 minutos.

4 Poner la verdura sobre una bandeja y asar al grill (grande) en el horno durante 15–20 minutos a 220°C (3er ó 4º nivel de bandeja desde abajo), hasta que haya tomado color. Dar la vuelta a la verdura a la mitad del tiempo de cocción. Pelar los pimientos, poner la verdura en una fuente y volver a mezclar con la ralladura de limón que habíamos reservado.

5 Sacar los muslos de pavo del horno y secar con papel de cocina; Colocarlos sobre la parrilla del horno y asar al grill (grande) durante 10–15 minutos a 220°C hasta que queden dorados. Retirar los muslos de pavo dorados del horno y servir con la verdura y la salsa verde.

### ► Sugerencias y trucos

*El pavo se acompañará con pan tostado: Utilizar pan de pita o pan normal, cortado en rebanadas finas, tostadas en la sartén. Cuando esté aún caliente, frotar el pan con un medio diente de ajo y untar con algo de mantequilla.*



# Curry a la tailandesa con piña y tomate

Para 4–6 personas | Ligeramente picante 

- 1 Limpiar la pechuga, eliminando grasa y tendones, lavar y secar con papel de cocina. Sazonar con sal y pimienta. Calentar el aceite en una cazuela y freír por todos los lados durante unos 5 minutos.
- 2 Calentar la pasta de curry en un cazo con 3 C de leche de coco y dejar cocer unos 3–4 minutos. Agregar la leche de coco restante y remover bien. Agregar el zumo de lima, el azúcar de palma y la salsa de pescado y llevar a ebullición. Verter esta salsa sobre la pechuga de pavo e introducir en el horno durante 1½–2 horas a 130°C (Función Clima, con 3 golpes de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo) Activar el primer golpe de vapor al inicio y los restantes a intervalos de 30 minutos.
- 3 Con un cuchillo puntiagudo, practicar una incisión en los tomates cherry y escaldarlos durante 20 segundos en agua hirviendo. Refrescar y pelar.

## Ingredientes:

- 1,2 kg Pechuga de pavo  
(grosor de 8–9 cm)
- Sal
- Pimienta blanca recién molida
- 2 C Aceite
- 1 C Pasta de curry roja
- 2 Latas de leche de coco  
(c/u 400 ml)
- El zumo de 1 lima
- 6 Hojas de lima kaffir
- 1½ C Azúcar de palma o azúcar cande
- 3 C Salsa de pescado  
(de la tienda de productos asiáticos)
- 300 g Tomates cherry
- ½ Piña fresca
- 1 Manojito de albahaca tailandesa o cilantro
- 2 Chiles rojos

- 4 Pelar la piña, sacar el corazón duro y cortar la carne en trozos de 2 cm. 30 minutos antes de finalizar el tiempo de cocción, agregar a la pechuga los trozos de piña y los tomates. Lavar la albahaca tailandesa, sacudir para secarla, y quitar las hojas. Separar unas hojas para la decoración, incorporar removiendo las hojas restantes en la salsa poco antes de finalizar el tiempo de cocción.

- 5 Cortar los chiles longitudinalmente, quitar las semillas y cortar en tiras finas. Cortar la pechuga de pavo en filetes delgados y emplatar. Servir con la salsa, la piña y los tomates. Decorar los platos con tiras de chile y hojas de albahaca.

## ►► Sugerencias y trucos

*Podrá acompañar la pechuga con arroz aromático (basmati) y espolvorear por encima cacahuetes salados. La albahaca tailandesa es más aromática que la albahaca normal, con un sabor que recuerda al anís.*



# Magret de pato

## con apio y albóndigas de sémola con relleno de frambuesa

Para 4 personas | Para una ocasión especial

1 Para las albóndigas: En un cazo, llevar a ebullición la leche y la mantequilla y verter lentamente la sémola, removiendo continuamente. Cuando se haya formado una capita blanca en la base del cazo, quitarlo del fuego y dejar hinchar la sémola durante 10 minutos. Incorporar el huevo y sazonar con sal, pimienta y nuez moscada. Poner la masa a enfriar en la nevera durante 1 hora.

2 Para el apio: Lavar el tomillo y sacudir para secarlo. Pelar el apio, cortar en dados de 1½ cm, poner en un molde refractario y mezclar con 2 C de aceite de oliva, el tomillo y el azúcar. Sazonar el apio con sal y pimienta y dejar estofar en el horno durante 40 minutos a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). El apio deberá tomar algo de color.

3 Lavar las pechugas y secar con papel de cocina. Practicar una incisión en forma de rombo en la piel. Sazonar la cara de corte con sal y pimienta.

4 Poner las pechugas con el aceite en una sartén fría y calentar. Freír la cara de la piel durante 5–6 minutos para que suelte la grasa. Dar la vuelta y freír la cara de corte durante 1 minuto.

### Ingredientes:

#### Para las albóndigas de sémola:

200 ml Leche  
80 g Mantequilla  
90 g Sémola de trigo duro  
1 Huevo (tamaño medio)  
Sal  
Pimienta recién molida  
Nuez moscada rallada  
100 g Frambuesas  
1 C Tomillo picado  
Aceite para freír

#### Para el apio:

½ Manojito de tomillo  
500 g Apio  
3 C Aceite de oliva  
1 c Azúcar  
Sal  
Pimienta recién molida

#### Para la pechuga de pato:

2 Pechugas de pato  
(c/u 350–400 g)  
Sal  
Pimienta recién molida  
2 C Aceite  
50 g Azúcar  
50 ml Vinagre de frambuesa  
1 Trozo de jengibre  
(del tamaño de una nuez)  
50 ml Fondo de pollo

5 Asar las pechugas sobre la parrilla del horno durante 40 minutos a 120°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

6 Caramelizar el azúcar con 1 C de agua en un cazo y desleír con el vinagre. Pelar el jengibre, picar finamente y agregar. Verter el fondo de pollo y dejar reducir hasta que tenga la consistencia de un jarabe. Pintar las pechugas de pato en la cara de la piel, separando 1 c del jarabe. Asar al grill (grande) precalentado en el horno durante 5–7 minutos a 200°C en el nivel inferior de bandeja

7 Lavar las frambuesas y secar con papel de cocina. Mezclar la mitad de las frambuesas con el jarabe que habíamos separado antes y agregar el tomillo. Formar 8 albóndigas con la masa de sémola y rellenarlas con la mezcla de frambuesas y tomillo. Calentar abundante aceite y freír las albóndigas durante 5 minutos.

8 Dejar reposar las pechugas de pato durante 2–3 minutos, filetear y servir con las albóndigas y el apio. Decorar los platos con las frambuesas restantes.







# Confit de pato

## con canela y salsa de cítricos

Para 4 personas | Con aromas invernales

1 Lavar los muslos de pato, secar con papel de cocina y frotar con sal marina y pimienta. Pelar el jengibre y laminarlo. Cortar los chiles por la mitad, quitar las semillas y lavar. En el mortero, machacar gruesamente ambos ingredientes junto con las ramas de canela, el anís estrellado, una pizca de sal marina y pimienta.

2 Llevar a ebullición la grasa de pato e incorporar los condimentos. Lavar los cítricos y secar con papel de cocina. Con ayuda de un cuchillo muy afilado, cortar tres tiras sutiles de la cáscara de los cítricos y agregarlas a la grasa. Poner los muslos de pato en un molde refractario y verter por encima la grasa derretida. Asar tapado en el horno durante 1½–2 horas a 140°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

3 Pelar los cítricos quitando también la membrana blanca, separar los gajos (sobre un plato para recoger el zumo) y quitar las pieles que los recubren. Exprimir el zumo. Caramelizar el azúcar en una sartén y desleír con 100 ml del zumo. Agregar la canela y dejar reducir algo. Agregar la carne de los cítricos y 3 C de grasa de pato y calentar durante 2 minutos, sin que llegue a hervir.

### Ingredientes:

4 Muslos de pato  
(c/u 350–400 g)  
Sal marina  
Pimienta recién molida  
4 cm Jengibre  
2 Chiles rojos  
3 Astillas de canela  
2 Anís estrellado  
600 g Grasa de pato o de ganso  
1 Naranja  
1 Pomelo rosa  
1 Mandarina o clementina  
1 Naranja sanguina  
50 g Azúcar  
1 Pizca de canela en polvo  
½ Manojito de salvia  
200 ml Aceite

4 Lavar la salvia, sacudir para secarla, y quitar las hojas. Calentar el aceite y freír las hojas de salvia hasta que estén crujientes. Dejar escurrir sobre papel de cocina y salar ligeramente.

5 Sacar los muslos de la grasa, ponerlos sobre una bandeja y asar al grill (grande) en el horno durante 15–20 minutos a 200°C (3er nivel de bandeja desde abajo). Servir los muslos con los cítricos y las hojas de salvia por encima.

### ►► Sugerencias y trucos

*Acompañar con tallarines salteados en mantequilla con salvia, 1 pizca de canela y sal marina. La grasa de pato se puede conservar durante 1–2 semanas en la nevera. Puede utilizarla para untar pan y espolvorear encima cebolla tostada.*

# Pato entero al jengibre con repollo caramelizado a la naranja

Para 4 personas | El esfuerzo vale la pena 

1 Para el pato: Cortar las alas, destripar y lavar el pato, y secar con papel de cocina. Frotar por fuera con sal y por dentro con sal y pimienta.

2 Pelar la cebolla. Lavar la naranja y secar con papel de cocina. Cortar ambos ingredientes en trozos pequeños. Lavar la albahaca, sacudir para secarla, quitar las hojas, cortar finamente y mezclar todo. Rellenar el pato con esta mezcla y poner en una cazuela junto con el caldo. Asar al horno durante 2–2½ horas a 140°C (Función Clima, con 3 golpes de vapor) en el nivel medio de bandeja. Activar el primer golpe de vapor al inicio, los restantes, a intervalos de 1 hora.

3 Retirar el pato del horno. Dejar enfriar unos minutos. Retirar el relleno, extraer los huesos, y trincar los muslos y la pechuga. Desgrasar el fondo de pato. Machacar gruesamente los huesos y tostarlos sobre una bandeja en el horno durante 20 minutos a 200°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

4 Para la salsa: Calentar el aceite y rehogar los dados de cebolla. Agregar el apio y la zanahoria, también cortados en dados y sofreír. Agregar el azúcar glas, caramelizar ligeramente, agregar el tomate frito y dejar guisar todo.

## Ingredientes:

### Para el pato:

1 Pato (2–2,5 kg)  
Pimienta recién molida  
1 Cebolla · 1 Naranja · Sal  
½ Ramillete de albahaca  
1 l Caldo de pollo

### Para la salsa:

2 C Aceite  
200 g Cebolla en dados  
80 g (c/u) Apio y zanahoria,  
cortados en dados  
1 C Azúcar glas  
1 C Tomate frito  
150 ml Vino tinto  
150 ml Licor de ciruela  
1 Diente de ajo  
40 g Raíces de jengibre  
(en jarabe; de la tienda de  
productos asiáticos)  
1 C Maicena  
Sal marina  
Pimienta recién molida

### Para la col:

800 g Repollo blanco  
1 C Azúcar glas  
50 g Dados de mantequilla fría  
150 ml Zumo de naranja  
100 ml Caldo de pollo  
1 Hoja de laurel  
Pimienta de Cayena · Sal  
Pimienta recién molida

5 Desleír con un tercio del vino tinto y otro tanto del licor de ciruelas y dejar reducir. Repetir la operación hasta que se hayan agotado el licor y el vino. Agregar los huesos y el fondo de pato y dejar guisar durante 1 hora.

6 Limpiar el repollo blanco, cortar en forma de rombos de 2 cm, lavar y dejar escurrir. Caramelizar el azúcar glas en una olla, agregar el repollo blanco y la mitad de la mantequilla. Sofreír unos 2–3 minutos, después, verter encima el zumo de naranja y el caldo de pollo. Agregar una hoja de laurel, una pizca de pimienta de Cayena, sal y pimienta y dejar guisar destapado durante 20 minutos. Incorporar la mantequilla restante.

7 Pasar la salsa por el chino y dejar reducir hasta que quede ½ l. Picar las raíces de jengibre y agregar a la salsa. Desleír el almidón con agua fría y ligar con él la salsa. Sazonar con sal y pimienta.

8 Disponer los trozos de pato con la piel hacia arriba sobre una bandeja. Pintar con el jarabe de jengibre (del tarro). Espolvorear por encima sal marina y asar al grill (grande) durante 10–15 minutos a 200°C (3er nivel de bandeja desde abajo). Servir el pato con la salsa y el repollo.

# Pato lacado a la pekinesa con Pak-Choi y ensalada de mango al cilantro

Para 4 personas | Delicia china por excelencia 

1 Lavar el pato por dentro y por fuera, secar con papel de cocina y ponerlo en una cacerola adecuada. Mezclar ambas variedades de sal con agua suficiente para disolverlas. Agregar la salmuera al pato y verter la cantidad necesaria para sumergir por completo la pieza. Dejar sumergido 3–4 días en la nevera. Después, sacar el pato y secarlo con papel de cocina.

2 Para la marinada: Mezclar removiendo la salsa Hoisin, la salsa de soja, la miel, el vinagre de arroz, la mezcla de especias chinas y el chile en polvo. Pintar el pato con esta mezcla. Dejar marinar el pato durante la noche en la nevera. Reservar la marinada sobrante.

3 Poner el pato sobre la parrilla del horno y asar durante 2<sup>1</sup>/<sub>2</sub>–3 horas a 140°C (Función Clima, con 3 golpes de vapor, 2° nivel de bandeja desde abajo). Verter el caldo de pollo en la bandeja universal y colocarla por debajo. Activar el primer golpe de vapor al inicio y los restantes, a intervalos de una hora. Pintar el pato cada 30 minutos con la marinada.

4 Trinchar el pato longitudinalmente por la mitad y colocar con la piel hacia arriba sobre la parrilla del

## Ingredientes:

### Para el pato:

- 1 Pato rústico (2,5–3 kg; listo para cocinar)
- 50 g Sal gorda
- 50 g Sal
- 400 ml Caldo de pollo

### Para la marinada:

- 2 C Salsa Hoisin
- 2 C Salsa de soja
- 2 C Miel
- 2 C Vinagre de arroz
- 1 c Mezcla de especias chinas
- 1/2 c Chile en polvo

### Para la ensalada:

- 1 Mango (aprox. 500 g)
- 1 Manojito de cilantro fresco
- 2 Cebolletas
- 1 c Azúcar glas
- 2 C Vinagre de arroz
- 1 c Aceite de sésamo

Sal · Pimienta recién molida

### Para el Pak-Choi:

- 600 g Pak-Choi (col china o repollo)
- 1 C Aceite
- 1 c Azúcar glas
- 1 C Salsa de soja

horno y asar al grill durante 10–15 minutos a 200°C (grill grande, 3er ó 4° nivel de bandeja desde abajo). Colocar una bandeja debajo para recoger el jugo.

5 Pasar el jugo de la bandeja universal por el chino y desgrasar en una olla. Dejar reducir el fondo hasta que queden 200 ml.

6 Para la ensalada: Pelar el mango, separar la carne del hueso y después cortarla en tiras. Lavar el cilantro, sacudir para secarlo y picar gruesamente. Limpiar y lavar las cebolletas y cortar en aros finos. Mezclar ambos ingredientes con el mango. Preparar un aliño con azúcar glas, vinagre de arroz y aceite de sésamo. Sazonar con sal y pimienta. Verter el aliño sobre la ensalada de mango y mezclar bien.

7 Para la col: Limpiar el Pak-Choi, lavar y cortar convenientemente. Freír en aceite, agregar azúcar glas y salsa de soja y guisar unos 2 minutos.

8 Trinchar el pato. Cortar la pechuga y los muslos en filetes. Servir con la salsa, el Pak-Choi y la ensalada de mango.





# Pechuga de ganso estofada con ensalada de manzana y apio

Para 4 personas | Para un día de otoño tardío

1 Para la carne: Mezclar los huesos con el aceite y tostar sobre una bandeja durante 20 minutos a 220°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Practicar unas incisiones oblicuas con una distancia de 1 cm en la piel de las pechugas. Sazonar con sal y pimienta. Poner la carne en un molde refractario y dejar enfriar el horno.

2 Calentar 1 C de grasa de ganso en un cazo y sofreír la cebolla cortada en dados. Agregar la grasa restante y llevar a ebullición. Lavar el tomillo y la artemisa, sacudir para secarlos. Aplastar el ajo sin pelarlo. Pelar el jengibre y laminarlo. Mezclar el tomillo, el ajo, la artemisa, el jengibre y la ralladura de naranja con la grasa de ganso y agregar esta mezcla a las pechugas. Es conveniente cubrir toda la carne con la grasa. Asar al horno durante 2½ horas a 100°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

3 Para la ensalada: Pelar el apio y cortar en dados de 1 cm. Mezclar con azúcar glas, mantequilla, una pizca de sal y pimienta. Cocinar tapado en un molde para soufflé, simultáneamente con las pechugas, durante 40 minutos en el horno (nivel inferior de bandeja).

## Ingredientes:

### Para el ganso:

2 Pechugas de ganso  
(c/u 500–600 g; deshuesadas,  
huesos picados finamente)

2 C Aceite

Sal

Pimienta recién molida

600 g Grasa de ganso

200 g Cebolla en dados

1 Manojito de tomillo

1 Manojito de artemisa

5 Dientes de ajo

3 cm Jengibre

Ralladura de la cáscara de

½ Naranja

½ l Fondo de ganso

80 ml Vinagre balsámico de  
Módena

2 C Mousse de ciruelas

### Para la ensalada:

600 g Apio

1 c Azúcar glas

1 C Mantequilla derretida

Sal

Pimienta recién molida

30 g Piñones

2 Manzanas (variedad agria)

3 C Vinagre de manzana

3 C Aceite de oliva

4 Ramitas de albahaca

4 Poner los huesos en una olla, verter el fondo de ganso y dejar guisar durante 30 minutos. Pasar el fondo por el chino. Agregar el vinagre balsámico de Módena y la mousse de ciruelas. Reducir la salsa a 200 ml. Según gusto, ligar con almidón. Sazonar con sal y pimienta.

5 Tostar los piñones en una sartén sin grasa. Pelar las manzanas, quitar las pepitas y cortar igual que el apio, en dados de 1 cm. Mezclar los dados de apio y de manzana en una fuente, y aliñar con vinagre de manzana y aceite de oliva. Sazonar con sal y pimienta. Lavar la albahaca y sacudir para secarla. Quitar las hojas y cortar en tiras. Incorporar la albahaca y los piñones a la ensalada.

6 Precalentar el grill (grande) del horno a 240°C. Sacar las pechugas de la grasa y secarlas con papel de cocina. Espolvorearlas con sal y gratinar durante unos 5–10 minutos (3er o 4º nivel de bandeja desde abajo) hasta que la piel esté crujiente. Filetear las pechugas y servir con la salsa y la ensalada. Se podrán acompañar con puntas de patata asada.

# Ragú de ganso en costra de pan

Para 4–6 personas | Plato rústico de invierno 

1 Frotar la carne de ganso con sal y pimienta. Cortar la cebolla, las zanahorias y el apio en dados de 1 cm. Calentar 2 C de aceite en una cazuela y freír la carne por todos los lados, sacarla de la cazuela y reservar. Rehogar la verdura cortada en el aceite restante de la cazuela. Agregar azúcar glas y dejar caramenzar. Agregar el tomate frito, guisar brevemente y desleír con un tercio del vino tinto. Reducir el vino tinto, y seguir agregando y reduciendo hasta agotar el vino.

2 Poner la carne en la cazuela, verter el fondo de ganso. Lavar el tomillo y sacudir para secarlo. Picar gruesamente el chocolate fondant. Agregar la confitura de grosella, el chocolate fondant y el tomillo a la carne. Dejar estofar, tapado, en el horno durante 1 hora a 140°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## Ingredientes:

1,2 kg Muslos de ganso (carne deshuesada y sin piel)  
Sal  
Pimienta recién molida  
200 g Cebolla  
100 g Zanahorias  
200 g Apio  
4 C Aceite  
1 C Azúcar glas  
1 C Tomate frito  
300 ml Vino tinto  
600 ml Fondo de ganso  
1/2 Manojito de tomillo  
40 g Chocolate fondant amargo suave  
1 C Confitura de grosella negra  
1 C Mantequilla blanda  
1 C Harina  
1 Clara de huevo  
1 kg Masa para pan negro (producto preparado o pedir en panadería especializada)


3 Amasar la mantequilla y la harina. Agregar por copitos al ragú, removiendo continuamente. Hervir brevemente, para ligar la salsa. Sazonar con sal y pimienta.

4 Poner el ragú en un molde refractario y pintar los bordes con clara de huevo. Con ayuda de un rodillo, estirar la masa de pan hasta obtener un grosor de 1 cm, y cubrir con ella el molde. Apretar bien los bordes y pinchar en el centro para hacer una chimenea. Hornear sobre la parrilla durante 40–50 minutos a 180°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, nivel medio de bandeja). Servir el ragú en la costra de pan.

## ►► Sugerencias y trucos

*Podrá acompañarlo con ensalada fresca de temporada. A la hora de comprar aves o carne de res es importante cerciorarse de la calidad. Si no compra en la carnicería o pollería de su confianza, observe las etiquetas con los sellos de calidad que informan sobre la procedencia y las condiciones de crianza de los animales.*

# Muslos de ganso con cocas de pera y cebolla

Para 4 personas | Cena familiar navideña 

1 Para la carne: Quitar la piel de los muslos y reservar. Sazonar los muslos con sal y pimienta. Pelar la cebolla, las zanahorias y el apio, y cortar todo en dados de 1 cm. Calentar 2 C de aceite en una cazuela, rehogar los muslos y sacarlos. Rehogar los dados de verdura en la cazuela, agregar azúcar glas y dejar caramelizar brevemente. Agregar el tomate frito, dejar dar unos hervores y desleír con un tercio del vino tinto. Ir reduciendo el vino, y agregando más hasta agotarlo. Poner sobre este fondo los muslos y verter encima el fondo de ganso. Dejar estofar, tapado, en el horno durante 3 horas a 140°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

2 Para las cocas: Descongelar la masa de hojaldre. Pelar la cebolla y las peras. Cortar la cebolla en aros finos, cortar las peras en cuartos, quitar las pepitas y laminar. Sofreír ambos ingredientes en mantequilla durante 5 minutos. Incorporar la crème fraîche y sazonar con sal y pimienta.

3 Estirar la masa de hojaldre con un rodillo hasta obtener un grosor de 1/2 cm aproximadamente. Con un cortamasas, cortar 4 círculos (c/u 12 cm Ø). Colocar los círculos de masa sobre una bandeja de repostería y repartir la mezcla de cebolla y pera encima de los mismos.

## Ingredientes:

### Para la carne:

4 Muslos de ganso (c/u 400 g)  
Sal · Pimienta recién molida  
200 g Cebolla  
100 g Zanahorias  
200 g Apio  
5 C Aceite  
1 C Azúcar glas  
1 C Tomate frito  
300 ml Vino tinto  
1/2 l Fondo de ganso  
1–2 C Maicena  
1 Diente de ajo  
4 Ramitas de mejorana  
Ralladura de la cáscara de  
1/2 Naranja

### Para las cocas:

250 g Hojaldre congelado  
3 Cebollas blancas  
2 Peras maduras  
1 C Mantequilla  
100 g Crème fraîche  
Sal  
Pimienta recién molida

### Además:

100 g Mezcla de finas hierbas  
(p. ej., perejil, romero, salvia)  
200 ml Aceite para freír  
Sal

4 Hornear durante 15–20 minutos a 180°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Activar la reducción automática del vapor después de 10 minutos.

5 Lavar las finas hierbas, sacudir para secarlas, y quitar las hojas. Calentar el aceite y freír las hasta que estén crujientes. Dejar escurrir sobre papel de cocina. Salar ligeramente. Cortar la piel de los muslos, que habíamos reservado, en dados pequeños y freír en 1 C de aceite hasta que esté crujiente. Dejar escurrir sobre papel de cocina y salar ligeramente.

6 Pasar el jugo del estofado por el chino. Volver a poner la verdura y los muslos en la cazuela. Desleír el almidón con 2 C de agua fría. Llevar a ebullición la salsa y ligarla con el almidón. Aplastar el ajo sin pelarlo. Lavar la mejorana, sacudir para secarla. Guisar ambos ingredientes junto con la ralladura de naranja durante 1 minuto y sazonar después con sal y pimienta. Pasar la salsa por el chino, verterla por encima de los muslos y calentar todo.

7 Disponer los muslos de ganso sobre una bandeja de servir. Rociar con la salsa y espolvorear por encima finas hierbas y los dados de piel frita. Acompañar con las cocas.









# Carne

La carne es ideal para ser preparada al horno: Con cualquiera de los métodos, ya sea un estofado en una salsa aromática, asada o al grill, con una costra crujiente, etc. La preparación cuidadosa de la carne nos asegura que se mantendrá fabulosamente jugosa. En las páginas que siguen encontrará una gran variedad de deliciosas recetas para cocinar la carne.

# Solomillos de cerdo glaseados con albaricoque y apio

Para 4–6 personas | Una carne jugosa para una ocasión especial

1 Salpimentar generosamente los solomillos. Calentar el aceite en una sartén y freírlos rápidamente por todos los lados. Lavar el tomillo y sacudir para secarlo. Agregar el vinagre y el jarabe de remolacha y glasear los solomillos hasta que estén cubiertos de jarabe en toda su superficie. Ponerlos sobre la parrilla del horno y asar durante 50 minutos a 85°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Colocar una bandeja de horno por debajo para recoger el jugo.

2 Para la verdura: Pelar la cebolla, cortarla en dados pequeños y en una cazuela rehogarla en 1 C de mantequilla. Lavar los albaricoques, deshuesarlos, cortar en trozos pequeños y rehogar con la cebolla. Pelar el apio y cortarlo en dados de 1/2 cm. Lavar el romero, sacudir para secarlo y agregar junto con el apio a los albaricoques. Añadir el caldo de verduras y guisar el apio a fuego lento durante unos 20 minutos. Cuando se haya evaporado el líquido casi por completo, incorporar removiendo la mantequilla restante y la nata. Sazonar con sal, pimienta y azúcar. Retirar el romero.

## Ingredientes:

### Para los solomillos:

- 2 Solomillos de cerdo (c/u 380 g)
- Sal
- Pimienta recién molida
- 1 C Aceite
- 3 Ramitas de tomillo
- 1 C Vinagre balsámico de Módena
- 1 C Jarabe de remolacha

### Para la verdura:

- 1 Cebolla blanca
- 2 C Mantequilla
- 4 Albaricoques
- 300 g Apio
- 3 Ramitas de romero
- 200 ml Caldo de verduras
- 100 g nata para cocinar
- Sal
- Pimienta recién molida
- Azúcar

### Además:

- 500 g Patatas pequeñas (de consistencia dura después de cocidas)
- Sal marina

3 Cepillar bien las patatas y hervirlas en agua salada sin pelar durante 20 minutos. Poner 50 ml del agua de cocer las patatas y una pizca generosa de sal marina en una sartén. Colar las patatas y echarlas a la sartén. Dejar cocer a fuego semifuerte hasta que el agua se haya evaporado por completo (esto hace que se formen pequeños cristales de sal sobre la piel de las patatas).

4 Cortar los solomillos convenientemente para servir y emplatar junto con el guiso de apio y albaricoques, y las patatas.

## ►► Sugerencias y trucos

Como decoración podrá espolvorear por encima de los solomillos piñones tostados y albahaca frita. Elegir una carne ligeramente rosa (no pálida).







# Cochinillo

## con dátiles al tomillo y tomates al horno

Para 4–6 personas | Asado de domingo con un toque oriental 

1 Poner los medios cochinillos con la piel hacia abajo en un recipiente para horno. Agregar 400 ml de caldo de pollo y asar en el horno durante 1 hora a 100°C. Sacarlos del horno, y con ayuda de un cuchillo afilado, practicar unas incisiones con una distancia de 1 cm en la corteza. Salar ligeramente. Quitar el caldo del recipiente de asado, mezclándolo con el caldo restante.

2 Secar el recipiente de asado con papel de cocina y calentar en él el aceite. Freír primero los dados de cebolla, agregar después el apio y la zanahoria, igualmente en dados, y freír todo hasta que esté dorado. Caramelizar brevemente el azúcar glas. Agregar el tomate frito y dejar guisar brevemente. Añadir el vino tinto y dejar reducir algo. Agregar el ajo aplastado y el caldo de pollo. Colocar por encima los cochinillos con la corteza hacia arriba y asar al horno durante 1 hora a 160°C (Función Clima, con 2 golpes de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Activar el primer golpe de vapor al inicio, y el segundo después de 30 minutos.

3 Mezclar los dátiles, 2 C de aceite de oliva y el tomillo. Cortar 8 lonchas de bacon por la mitad y rodear

### Ingredientes:

#### Para el cochinillo:

2 Cochinitos (c/u 500 g; comprarlos preparados, abiertos por el vientre a lo largo)  
 800 ml Caldo de pollo  
 Sal  
 2 C Aceite  
 200 g Cebolla en dados  
 Apio y zanahorias (80 g de cada), cortados en dados  
 1 c Azúcar glas  
 1 C Tomate frito  
 1/4 l Vino tinto  
 2 Dientes de ajo  
 1 Hoja de laurel  
 Ralladura de cáscara de  
 1/2 Limón  
 15 g Jengibre (en lonchas)  
 1 c Ras-el-hanout  
 (mezcla marroquí de entre 4 y 30 hierbas y especias)  
 Pimienta recién molida

#### Además:

200 g Dátiles (deshuesados; aprox. 16 frutos)  
 4 C Aceite de oliva  
 1 C Tomillo picado  
 16 Lonchas de bacon  
 8 Tomates pequeños en rama  
 Sal  
 Pimienta recién molida

con ellas cada uno de los dátiles. Lavar los tomates, practicar una incisión en forma de cruz en la parte superior y rodearlos con las lonchas de bacon restante. Sazonar con sal y pimienta. Calentar el aceite de oliva restante en una sartén refractaria, freír los dátiles y agregar los tomates. Introducir la sartén en el horno 30 minutos antes de finalizar el tiempo de cocción de los cochinillos.

4 Sacar los cochinillos del horno y pasar la salsa por el chino. Retirar igualmente la sartén con los dátiles y los tomates, y mantener caliente. Poner los cochinillos sobre una bandeja de horno y asar al grill (grande) durante 20 minutos a 220°C (2º ó 4º nivel de bandeja desde abajo), hasta que la corteza haya quedado crujiente. En un cazo, llevar a ebullición la salsa, agregar la hoja de laurel, la ralladura de limón, el jengibre, y el ras-el-hanout. Dejar reposar 10 minutos, volver a pasar por el chino. Si fuera necesario, ligar con algo de almidón. Sazonar los cochinillos con sal y pimienta y cortar en trozos.

5 Servir la carne con algo de la salsa, los dátiles y los tomates. Acompañar con las patatas hervidas y salteadas en mantequilla, ralladura de limón y cilantro fresco picado.

# Costillas adobadas con costra de rábano picante y risotto

Para 4–6 personas | Requiere algo de paciencia

1 Separar las costillas de modo que queden de dos en dos. Colocarlas en una cazuela y verter agua hasta que queden casi sumergidas. Cocinarlas tapadas durante 1 hora a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Lavar las verduras y el romero y agregar a las costillas junto con la miel. Cocinar otra hora.

2 Para la costra: Cortar el pan en dados pequeños. Batir la mantequilla hasta que esté espumosa. Pelar el ajo, lavar el estragón y sacudir para secarlo. Picar ambos finamente y mezclar removiendo con la ralladura de limón y el rábano picante. Incorporar los dados de pan y sazonar la mezcla con sal y pimienta. Poner esta masa sobre film transparente, hacer un cilindro y ponerlo a enfriar.

3 Para el risotto: Coger unos 700 ml del fondo de cocción de las costillas. Pelar la cebolla, cortarla en dados pequeños rehogarla en aceite de oliva en una cazuela y agregar el arroz. Agregar 150 ml del fondo de cocción y el zumo de limón. Cuando se haya reducido el líquido casi por completo, agregar otra vez la misma cantidad y dejar nuevamente reducir. Proseguir así hasta que haya

## Ingredientes:

### Para las costillas:

2–3 kg Costillas adobadas  
1 Bandeja de verduras frescas para sopa  
1/2 Manojito de romero  
3 C Miel

### Para la costra:

150 g Pan de molde (sin corteza)  
150 g Mantequilla blanda  
1 Diente de ajo  
1/2 Manojito de estragón  
1 C Ralladura de la cáscara de un limón  
60 g Rábano finamente rallado  
Sal

Pimienta recién molida

### Para el risotto:

1 Cebolla blanca  
2 C Aceite de oliva  
150 g Arroz para risotto (variedades arborio o carnaroli)  
El zumo de 1 limón  
1 C Mantequilla  
50 g Queso Parmesano rallado  
Pimienta recién molida

agotado el fondo. Dejar hervir el risotto a fuego lento durante unos 20–30 minutos. Al final, incorporar la mantequilla y el queso Parmesano y apagar el fuego. Sazonar con pimienta.

4 Precalentar el grill (grande) durante 5 minutos a 240°C. Sacar las costillas del caldo de cocción y colocar con la curvatura hacia arriba, unas al lado de las otras. Cortar el cilindro de masa en rodajas de 1/2 cm de grosor, repartir sobre las costillas y gratinarlas en el horno (3er nivel de bandeja) hasta que queden doradas. Servir con el risotto.

## ► Sugerencias y trucos

*Como alternativa podrá refinar el risotto con almendras finamente picadas y tostadas o con almendras en laminillas. Acompañar las costillas con una ensalada fresca.*

# Asado de cerdo crujiente con puré de verduras y rollo de pan

Para 4–6 personas | Un clásico de Baviera 

1 Tostar los huesos sobre una bandeja de horno durante 30 minutos a 220°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Quitar la grasa y reservar los huesos. Reducir la temperatura del horno a 160°C. Colocar la panceta con la corteza hacia abajo en un recipiente adecuado. Agregar 400 ml de caldo y asar en el horno durante 45 minutos. Sacar del horno, hacer incisiones en forma de cruz en la corteza y salar ligeramente. Agregar el caldo del recipiente de cocción al caldo restante.

2 Secar el recipiente donde hemos asado la panceta con papel de cocina y calentar en él el aceite. Dorar primero la cebolla, después los dados de apio y de zanahoria. Agregar tomate frito, y dejar cocer todo unos momentos, después añadir la cerveza y dejar reducir algo. Agregar los huesos, el ajo aplastado y el caldo. Poner encima la panceta con la corteza hacia arriba y asar en el horno durante 1½–2 horas a 160°C (Función Clima, con 3 golpes de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Activar el primer golpe de vapor al inicio, los restantes, con un intervalo de 30 minutos.

3 Para el puré: Pelar la verdura y cortarla, lavar el perejil, sacudir para

## Ingredientes:

### Para el asado:

500 g Huesos de ternera (partidos)  
1,5 kg Panceta (con piel)  
1,4 l Caldo de pollo  
Sal · 2 C Aceite  
200 g Cebolla en dados  
Apio y zanahorias (80 g de cada), cortados en dados  
1 C Tomate frito  
¼ l Cerveza de malta  
2 Dientes de ajo

### Para el puré:

Zanahorias, apio y raíz de perejil (400 g de cada)  
1 Ramillete de perejil  
1 c Comino molido  
1 C Mantequilla  
Sal · Pimienta recién molida  
Nuez moscada rallada

### Para el rollo de pan:

80 g Cebolla en dados  
100 g Mantequilla  
Mejorana y perejil picados (1 C de cada) · 200 ml Leche  
3 Huevos (tamaño mediano)  
Sal · Pimienta recién molida  
Nuez moscada rallada  
400 g Pan cortado en dados  
100 g Pan rallado  
2 C Mantequilla derretida

secarlo, quitar las hojas y ponerlo junto con la verdura en una fuente. Agregar el comino y la mantequilla y mezclar todo. Sazonar con sal, pimienta y nuez moscada y poner en un molde refractario. Cocinar tapado en el horno durante 1½ horas (4º nivel de bandeja desde abajo). Hacerlas un puré y mantener caliente.

4 Para el rollo de pan: Freír la cebolla cortada en dados en 2 C de mantequilla, mezclar las finas hierbas con la cebolla, y quitar del fuego. Sazonar con sal, pimienta y nuez moscada. Poner todo en una fuente grande. Tostar el pan en la mantequilla que queda en la sartén y agregarlo a la fuente. Batir el huevo y la leche e incorporar también. Hacer un rollo grande con la masa, envolver en film transparente y después en un paño de cocina y atar todo. Cocinar en agua hirviendo durante 45 minutos. Dejar enfriar algo, después, cortar en rodajas y freír éstas en mantequilla.

5 Retirar el recipiente del horno, pasar la salsa por el chino y dorar la panceta al grill (grande) durante 15–20 minutos a 220°C (3er nivel de bandeja desde abajo). Servir con salsa, el puré de verduras y el rollo de pan en rodajas.







# Jamón de cerdo glaseado con miel y chucrut con piña

Para 4–6 personas | Receta de la abuela 

1 Para el asado: Pelar la cebolla. Lavar las verduras para sopa y hervir con la cebolla, el laurel y los clavos en abundante agua. Dejar cocinar la carne en el caldo durante 1–1½ horas.

2 Sacar la carne y apartar el caldo. Con un cuchillo afilado, hacer incisiones en forma de rombos en la piel. Calentar 2 C de aceite en una cazuela. Sofreír la cebolla cortada en dados, después, agregar el apio y las zanahorias, también cortados en dados, y dorar. Espolvorear por encima azúcar glas y dejar caramelizar. Agregar el tomate frito y cocer unos instantes con el resto de ingredientes. Añadir el vino tinto y dejar reducir casi por completo. Agregar los dientes de ajo aplastados, el comino y 800 ml de caldo.

3 Poner la carne con la piel hacia arriba en la bandeja y asar en el horno durante 1½ horas a 160°C (Función Clima, con 3 golpes de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Activar el primer golpe de vapor al inicio, los restantes con intervalos de 30 minutos. Pintar toda la pieza cada 20 minutos con miel.

## Ingredientes:

### Para el asado:

- 1 Cebolla
- 1 Bandeja de verduras frescas para sopa
- 3 Hojas de laurel · 5 Clavos
- 1,5 kg Jamón adobado (de pernil; con piel)
- 5 C Aceite
- 200 g Cebolla en dados
- Zanahorias y apio (80 g de cada), cortados en dados
- 1 c Azúcar glas
- 1 C Tomate frito
- ¼ l Vino tinto
- 2 Dientes de ajo
- ½ c Comino
- 2 C Miel de acacia
- 1 Manojito de salvia · Sal
- Pimienta gruesa recién molida

### Para el chucrut:

- 1 Cebolla blanca
- 1 C Aceite · 500 g Chucrut
- 400 ml Caldo de verduras
- 300 g Carne de piña
- Una bolsita de lino para los condimentos (1 hoja de laurel, 2 clavos, 1 chile (seco)
- 1 C Mantequilla
- 2 C Confitura de albaricoque o piña · Sal
- Pimienta recién molida

4 Lavar la salvia, sacudir para secarla, y quitar las hojas. Freír en el aceite restante en la sartén hasta que esté crujiente, dejar escurrir sobre papel de cocina y salar ligeramente.

5 Para el chucrut: Pelar la cebolla, cortarla en dados pequeños y sofreír en aceite. Agregar el chucrut y sofreír también unos minutos. Añadir el caldo. Cortar la piña en dados de 1 cm y agregarla al chucrut, junto con la bolsita de lino con los condimentos. Dejar guisar tapado durante 30–40 minutos. Retirar la bolsita de lino. Incorporar la mantequilla y la confitura y sazonar el chucrut con sal y pimienta.

6 Retirar la bandeja del horno, pasar la salsa por el chino y asar al grill (grande) durante 20–30 minutos a 220°C (2º nivel de bandeja desde abajo). Sazonar con pimienta y, si fuera necesario, ligar con almidón. Cortar el jamón en lonchas y servir con la salsa y el chucrut. Acompañar con patatas pequeñas salteadas en mantequilla y pan rallado.

# Strudel de salsiccia con remolacha y salsa de mostaza con higos

Para 4–6 personas | Carne picada, en un envoltorio fino

1 Para el strudel: Mezclar la carne picada con el romero y la ralladura de limón, y sazonar con sal y pimienta. Cortar la remolacha en dados de  $\frac{1}{2}$  cm, secarla con papel de cocina y mezclar con la carne picada. Calentar la mantequilla en una sartén y freír en ella el pan rallado.

2 Extender las láminas de strudel (dependiendo del tamaño, colocarlas solapadas). En la parte inferior, sobre una tira de 6 cm de ancho, poner la masa de carne picada, poner sobre ella las salchichas y cubrir con la carne restante. Espolvorear encima de la superficie restante de la masa el pan rallado frito y enrollar. Doblar los extremos y colocar con la unión hacia abajo sobre una bandeja de repostería. Pintar con mantequilla y hornear durante 25–30 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## Ingredientes:

### Para el strudel:

- 500 g Carne picada de ternera (de la carnicería)
- 1 C Romero picado
- 1 C Ralladura de cáscara de limón sin tratar
- Sal
- Pimienta recién molida
- 200 g Remolacha cocida (envasada al vacío)
- 3 C Mantequilla blanda
- 3 C Pan rallado
- 1 Masa preparada de strudel (aprox. 200 g; en la sección de productos refrigerados)
- 4 Salsiccia (salchicha italiana a base de carne picada y especias) o salchichas parrilleras gruesas
- 1 C Mantequilla derretida

### Para la mostaza:

- 4 Higos frescos
- 200 ml Vino tinto de Oporto
- 50 ml Vinagre balsámico de Módena
- 1 C Miel de acacia
- 2 C Mostaza de Dijon
- 1 C Mostaza en grano

3 Para la salsa de mostaza: Lavar los higos, secar con papel de cocina y picarlos finamente. Hacer un jarrabe, cociéndolos con vino de Oporto, vinagre y miel. Dejar enfriar algo y mezclar con las dos variedades de mostaza. Cortar el strudel en rodajas y servir con la salsa de mostaza.

## ►► Sugerencias y trucos

*El strudel de salsiccia podrá acompañarse con espinacas tibias. La salsiccia italiana es una salchicha gruesa de carne picada de cerdo en tripa natural. Según región, viene salada y condimentada con diversas finas hierbas.*

# Goulash picante de cerdo

## con nata agria y pudding de pan a las finas hierbas

Para 4–6 personas | Para los amantes de lo agridulce

1 Para el adobo: El día anterior, cortar la cebolla y picarla finamente. Cortar la carne en trozos de 3 cm y poner junto con la cebolla en una fuente grande. Lavar el tomillo y sacudir para secarlo. Agregar el tomillo junto con el vino tinto, el vinagre y las especias y dejar marinar durante 24 horas.

2 Al día siguiente, pasar la marinada por el chino, llevar a ebullición y volver a pasar por el chino. Dejar escurrir bien la carne y freír en aceite en una cazuela. Agregar el tomate frito, dejar guisar unos instantes, y añadir la marinada. Reducir a la mitad y agregar el fondo de ternera. Dejar estofar, tapado, en el horno durante 2–2½ horas a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

3 Para el pudding: Batir los huevos con la leche y las finas hierbas. Sazonar con sal, pimienta y nuez moscada. Engrasar un molde refractario y poner las rebanadas de pan. Verter por encima el huevo batido y dejar reposar 15 minutos. Poner por encima los copitos de mantequilla y hornear simultáneamente con la carne durante 30–40 minutos (4º nivel de bandeja desde abajo).

### Ingredientes:

#### Para la carne:

1 kg Cebollas  
1,2 kg Carne de cerdo para goulash (zancarrón, carrilleras, falda, etc.)  
1 Manojito de tomillo  
½ l Vino tinto  
¼ l Vinagre de vino tinto  
15 Granos de pimienta negra  
2 Hojas de laurel  
5 Bayas de enebro  
2 C Aceite  
1 C Tomate frito  
1,2 l Fondo de ternera  
60 g Pan negro aleman  
2 C Compota de manzana  
1 C Jarabe de remolacha  
Sal  
Pimienta recién molida  
aprox. 120 g Nata agria

#### Para el pudding:

4 Huevos (tamaño medio)  
400 ml Leche  
2 C Finas hierbas picadas (p. ej., romero, tomillo, perejil)  
Sal  
Pimienta recién molida  
Nuez moscada rallada  
Grasa para el molde  
300 g Rebanadas de pan  
50 g Mantequilla blanda

4 Sacar la carne de la salsa, pasar la salsa por el chino, dejar reducir algo sobre el fuego. Desmenuzar gruesamente el pan negro aleman, agregar la compota de manzana y el jarabe de remolacha a la salsa y hervir brevemente. Calentar la carne en la salsa y sazonar con sal y abundante pimienta.

5 Servir el goulash en platos sopeiros y poner por encima 1 C de nata agria. Cortar un trozo del pudding de pan y servir con la carne.

### ►► Sugerencias y trucos

*Jarabe de remolacha – se utiliza sobre todo en las regiones donde el cultivo de la remolacha está muy asentado para untar el pan, para salsas (asado a la vinagreta) o como complemento para tortilla alemana de patatas.*





# Entrecots de ternera en costra de gambas, con puré de patatas

Para 4 personas | Deliciosa carne “en croûte”

1 Sacar la carne de la nevera 1 hora antes de su preparación. Cortar la panceta en dados pequeños, freír en una sartén hasta que esté crujiente y dejar escurrir sobre papel de cocina. Lavar las gambas, secar con papel de cocina, cortar en trozos de 1/2 cm. Poner en una fuente.

2 Lavar la pechuga de pollo, secar con papel de cocina y trocear. En la batidora, hacer un puré fino agregando una pizca de sal y la nata líquida. Agregar la panceta a las gambas y mezclar bien. Lavar el tomillo, sacudir para secarlo, quitar las hojas y picarlas. Agregar removiendo algo del zumo de limón y sazonar la pasta con sal y pimienta.

3 Sazonar la carne con sal y pimienta, untar una capa de 1 cm de la preparación que hemos hecho. Freír primero por una cara la pasta de gambas durante 1 minuto, dar la vuelta y freír otro minuto. Colocar los filetes sobre la parrilla y asar al horno durante 50–60 minutos a 85°C (Calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Colocar una bandeja de horno por debajo para recoger el jugo.

4 Para el puré: Lavar las patatas y hervirlas sin pelarlas en agua

## Ingredientes:

### Para la carne:

4 Entrecots de ternera  
(c/u 160 g; grosor de 3 cm)

40 g Panceta ahumada

5 Gambas peladas

60 g Filetes de pechuga de  
pollo

Sal

100 g Nata líquida fría

4 Ramitas de tomillo

Zumo de limón

Pimienta recién molida

1 C Aceite de oliva

### Para el puré:

500 g Patatas (de consistencia  
harinosa después de cocidas)

Sal

150 ml Leche

2 C Mantequilla

Pimienta recién molida

### Además:

3 Manojos de cebolletas

120 g Mantequilla

1 c Azúcar glas

50 ml Caldo de verduras

Sal

Pimienta recién molida

Las semillas de 1 vaina de  
vainilla

Sal marina

salada. Pelarlas cuando estén aún calientes. Calentar la leche con mantequilla, agregar a las patatas y hacerlas puré. Sazonar con sal y pimienta.

5 Limpiar las cebolletas, eliminando las partes verdes. Lavar, trocear y freír en 2 C de mantequilla en una sartén. Espolvorear por encima azúcar glas, dejar caramelizar algo y añadir el caldo. Reducir hasta que se haya evaporado todo el líquido y salpimentar.

6 En un cazo, llevar a ebullición la mantequilla restante y agregar removiendo la vainilla y una pizca de sal marina. Servir los entrecots con el puré de patatas y las cebolletas caramelizadas, y la mantequilla por separado.

## ►► Sugerencias y trucos

*Cuando utilice la cocción a bajas temperaturas, es conveniente sacar la carne (dependiendo del tamaño) 1–2 horas de la nevera, para que el proceso en sí no se prolongue excesivamente.*



# Ternera con cebolla rellena a las finas hierbas

Para 4 personas | Para los amantes de la cebolla

1 Limpiar los filetes de grasa y tendones. Sazonar con sal marina y pimienta y freír a fuego vivo por ambos lados en aceite de oliva. Sacar de la sartén y reservar. Pelar la cebolla, limpiar la verdura, cortar en dados gruesos y dorar en el aceite restante. Agregar el tomate frito y guisar 1 minuto. Añadir el vino tinto y el jarabe de remolacha y reducir hasta que tome una consistencia espesa.

2 Lavar las finas hierbas y sacudir para secarlas. Unir con los condimentos y el fondo de ternera. Al final, poner los filetes y dejar estofar tapado en el horno durante 2–2½ horas a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

3 Pelar las cebollas blancas y hervirlas en agua salada durante unos 5 minutos. Dejar enfriar algo, después, cortarles 1 cm aproximadamente en la parte superior. Vaciar las cebollas para que quepa 1 C del relleno. Picar finamente las partes vaciadas y cortadas y sofreír en aceite de oliva. Agregar la nata especial para cocinar y dejar guisar a fuego lento durante 5 minutos.

## Ingredientes:

### Para la carne:

- 8 Filetes de ternera (aprox. 1 kg)
- Sal marina
- Pimienta recién molida
- 2 C Aceite de oliva
- 200 g Cebollas
- 100 g Zanahorias
- 100 g Apio
- 1 C Tomate frito
- 400 ml Vino tinto
- 1 C Jarabe de remolacha
- 3 Ramitas de tomillo y 3 de romero
- 1 Hoja de laurel
- 8 Granos de pimienta
- ½ l Fondo de ternera o caldo de verduras
- 1 C Mostaza de Dijon

### Para la cebolla rellena:

- 8 Cebollas blancas (aprox. 6 cm)
- Sal marina
- 1–2 C Aceite de oliva
- 2 C nata especial para cocinar
- 4 EL Queso Parmesano rallado
- 1 C Romero picado
- Pimienta recién molida
- 8 Lonchas de bacon
- Grasa para el molde


4 Incorporar el queso Parmesano y el romero, removiendo, y sazonar con sal marina y pimienta. Rellenar las cebollas con esta mezcla y albaricar con una loncha de tocino, sujetándola con un palillo. Poner las cebollas en un molde refractario engrasado y asar en el horno a 160°C (Aire caliente plus, 4º nivel de bandeja desde abajo) durante los últimos 25 minutos del tiempo de cocción de la carne hasta que estén doradas.

5 Mantener caliente los filetes y pasar el jugo por el chino. Reducir la salsa a la mitad y sazonar con sal marina y pimienta. Incorporar la mostaza, sin dejar que hierva. Servir los filetes con la salsa y las cebollas rellenas.

## ►► Sugerencias y trucos

Podrá acompañar con puré de patatas (página 80) o patatas pequeñas hervidas con su piel en agua salada y después salteadas en algo de mantequilla y romero.

# Empanada de pata de ternera salada con ensalada de rabanitos

Para 4–6 personas | Crujiente por fuera, jugoso por dentro 

1 Cortar el repollo blanco en tiras finas y blanquear brevemente en agua salada. Refrescar y exprimir bien con ayuda de un paño de cocina. Lavar el perejil, sacudir para secarlo, y quitar las hojas. Tostar los piñones en una sartén sin grasa. En el mortero (o en la batidora), hacer un pesto machacando el perejil, los piñones, el queso Parmesano y el aceite de oliva. Sazonar con sal y pimienta, incorporar el pesto en el repollo blanco y apartar.

2 Con ayuda de un rodillo, estirar la masa de pan formando un rectángulo de 40 x 25 cm. Desmenuzar la carne de los huesos y mezclar con el extracto de malta. Repartir a lo largo de una mitad de la masa el repollo blanco y la carne desmenuzada. Cubrir con la otra mitad y apretar bien los bordes.

## Ingredientes:

600 g Repollo blanco  
Sal  
1 Ramillete de perejil  
50 g Piñones  
50 g Queso Parmesano rallado  
80 ml Aceite de oliva  
Pimienta recién molida  
1 kg Masa madre  
(receta en la página 204, o producto preparado)  
800 g Carne cocida de pierna de ternera curada en sal (cocinar el día anterior, véanse las sugerencias)  
1<sup>1</sup>/<sub>2</sub> C Extracto de malta (de venta en centros herbodietéticos)  
Harina para espolvorear  
2 Manojos de rabanitos  
2 C Vinagre de vino blanco  
1 c Miel  
2 C Aceite de pepita de uva  
1 Manojos de cebollino

3 Enharinar la masa y dejar subir durante 1 hora. Después, hornear durante 50–60 minutos a 180°C (Función Clima, con 1 golpe de vapor automático, 2º nivel de bandeja desde abajo). Dejar enfriar algo la empanada.


4 Limpiar y lavar los rabanitos y laminarlos. Preparar un aderezo con vinagre de vino blanco, miel, aceite de pepita de uva, sal y pimienta. Lavar el cebollino, sacudir para secarlo, cortar en trozos grandes y agregar a la marinada. Aderezar los rabanitos poco antes de servir. Con ayuda de un cuchillo, cortar el pan relleno en rebanadas de 2–3 cm y servir con la ensalada de rabanitos.

## ► Sugerencias y trucos

*Pida en su carnicería que le preparen la carne salada y déjela guisar durante 2 o 3 horas en abundante agua junto con las verduras frescas para sopa. Como alternativa podrá utilizar chuletas de Sajonia.*



# Aleta de ternera rellena con panceta y canelones de apio

Para 4–6 personas | Una carne al estilo italiano 

1 Para el asado: Hacer una incisión longitudinal en la carne y golpear con el martillo de cocina formando un rectángulo de 2–3 cm de grosor. Sazonar con sal marina y pimienta. Pelar el ajo, lavar la albahaca, sacudir para secarla y quitar las hojas. Picar finamente el ajo, la albahaca, los piñones y las alcaparras y disponer por encima de la carne. Enrollar la carne. Albardar el rollo con lonchas de panceta y atar con hilo de cocina.

2 Sazonar el trozo con pimienta y freír 3–4 minutos por todos los lados en aceite de oliva en una sartén anti-adherente. Pasar al horno, y asar durante 45–60 minutos sobre una bandeja a 160°C (Función Clima, con 2 golpes de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Activar el primer golpe de vapor al inicio y el segundo después de 10 minutos.

3 Para los canelones: Pelar las patatas y el apio y cortar ambos en dados de 1½ cm. Sofreír en una olla en 1 C de mantequilla, cuando esté en su punto, añadir el caldo de verduras y dejar guisar tapado unos 30 minutos. Destapar los últimos 5 minutos para permitir que se evapore el líquido. Hacer todo puré e incorporar 50 g de queso Parme-

## Ingredientes:

### Para el asado:

1,5 kg Aleta de ternera  
Sal marina  
Pimienta gruesa recién molida  
2 Dientes de ajo  
1 Ramillete de albahaca  
100 g Piñones  
80 g Alcaparras  
120 g Panceta o bacon  
(en lonchas)  
3 C Aceite de oliva

### Para los canelones:

200 g Patatas (de consistencia harinosa después de cocidas)  
400 g Apio  
2 C Mantequilla  
200 ml Caldo de verduras  
150 g Queso Parmesano rallado  
Sal  
Pimienta recién molida  
Nuez moscada rallada  
500 g Canelones  
Grasa para el molde  
150 g Nata líquida  
150 g nata especial para cocinar

sano. Sazonar con sal, pimienta y nuez moscada. Con ayuda de una manga pastelera, rellenar los canelones con esta masa.

4 Engrasar un molde refractario y poner los canelones uno al lado de otro. Mezclar removiendo la nata líquida, la nata especial para cocinar y el queso Parmesano restante y verter por encima de los canelones. Salpimentar e introducir en el horno, 25 minutos antes de finalizar el tiempo de cocción del asado (4º nivel de bandeja desde abajo).

5 Cortar el asado y servir con los canelones. Según gusto, decorar con hojas de albahaca.

## ►► Sugerencias y trucos

*Podrá acompañar el asado con cebolletas rehogadas: Limpiar y lavar 2 manojos de cebolleta y cortar en trozos de unos 6 cm. Rehogar en 1 C de mantequilla y sazonar con sal, pimienta y una pizca de azúcar.*



# Entrecot

## con salsa de estragón y mostaza

Para 4 personas | Jugosos placeres...

1 Sazonar los entrecots con sal y pimienta. Calentar el aceite de oliva en una sartén y freír los filetes por ambos lados 1–2 minutos. Lavar el tomillo y sacudir para secarlo. Aplastar el diente de ajo y agregar a la carne junto con el tomillo. Saltear los filetes brevemente y después, asar al horno durante 40–50 minutos a 85°C (Calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Colocar una bandeja de horno por debajo para recoger el jugo.

2 Lavar los tomates cherry y ponerlos en un molde refractario. Sazonar con sal, pimienta y azúcar. Lavar el tomillo y sacudir para secarlo. Aplastar el diente de ajo y agregar a los tomates junto con el tomillo y el aceite de oliva. Cocinar los tomates simultáneamente con la carne durante 30 minutos en el horno.

3 Con la batidora de varilla, batir la mantequilla hasta que esté espumosa. Lavar el estragón, sacudir para secarlo, quitar las hojas y picar finamente. Incorporar a la mantequilla, removiendo, junto con la mostaza y la miel. Sazonar con sal y pimienta, poner ésta sobre film transparente, enrollar y dejar enfriar.

### Ingredientes:

#### Para los entrecots:

4 Filetes de lomo bajo  
(c/u 220 g; grosor de 3 cm)  
Sal

Pimienta recién molida  
2 C Aceite de oliva  
4 Ramitas de tomillo  
1 Diente de ajo

#### Para los tomates:

250 g Tomates cherry  
Sal

Pimienta recién molida  
Azúcar  
4 Ramitas de tomillo  
1 Diente de ajo  
4 C Aceite de oliva

#### Para la mantequilla:

140 g Mantequilla blanda  
1/2 Manojito de estragón  
1 C Mostaza de Dijon  
1 c Miel  
Sal

Pimienta recién molida

#### Para el puré:

400 g Apio  
1 C Mantequilla  
100 ml Fondo de pollo  
200 g Nata líquida  
Sal  
Pimienta recién molida

4 Para el puré: Pelar el apio y cortar en dados de 1 cm. Calentar la mantequilla en una olla y rehogar el apio durante 2 minutos. Añadir fondo de pollo y nata líquida y dejar guisar tapado durante 20–30 minutos. Sazonar con sal y pimienta y hacer un puré fino.

5 Sacar la mantequilla del film transparente y cortar en rodajas de 1 cm. Poner los filetes sobre una bandeja de horno, repartir la mantequilla sobre la carne y dejar derretir durante 2–3 minutos a 85°C (Calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Distribuir el puré de apio y los tomates sobre los platos. Abrir los entrecots en oblicuo y servir sobre la verdura.

### ►► Sugerencias y trucos

En lugar de la mantequilla con estragón y mostaza podrá acompañar la carne con costra de ajo de oso de la receta de la página 88. El entrecot deberá de estar bien asentado durante 2 semanas y presentar una textura vetuada.







# Estofado de buey con costra de ajo de oso y cebollas perla

Para 4–6 personas | Variación de un asado de domingo

1 Pelar y cortar finamente las cebollas, las zanahorias, el apio y las raíces de perejil. Sazonar la carne de buey con sal y pimienta y freír a fuego vivo en 2 C de aceite en una cazuela. Sacar la carne y dorar la verdura, agregar el tomate frito y el jarabe de remolacha y guisar brevemente. Añadir vino tinto y dejar reducir a la mitad. Agregar el caldo y los condimentos. Volver a poner la carne y dejar estofar tapado en el horno durante 2 horas a 140°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Reservar 200 ml del fondo de asado.

2 Entretanto, lavar el ajo de oso, sacudir para secarlo y picar finamente las hojas. Llevar a ebullición la mantequilla y echar en ella el ajo de oso. Incorporar removiendo el queso Parmesano. Sazonar la pasta con sal y pimienta, poner sobre film transparente, enrollar y poner a enfriar.

3 Remojar la cebolla en agua caliente, pelar y freír en el aceite restante. Espolvorear por encima con azúcar y caramelizar brevemente la cebolla. Añadir el fondo del asado. Dejar guisar a fuego lento durante 20 minutos.

## Ingredientes:

150 g Cebolla  
Zanahorias, apio y raíces de perejil (60 g de cada)  
1 kg Carne de buey (de paleta)  
Sal  
Pimienta recién molida  
3 C Aceite  
1 c Tomate frito  
1 c Jarabe de remolacha  
1/4 l Vino tinto  
3/4 l Caldo de verduras o de carne de buey  
2 Hojas de laurel  
6 Granos de pimienta dioica  
2 Clavos  
50 g Hojas de ajo de oso  
120 g Mantequilla blanda  
150 g Pan rallado  
1 EL Queso Parmesano rallado  
400 g Cebolla o chalotas  
1 c Azúcar

4 Sacar la carne de la cazuela, dejar escurrir y poner en un molde refractario. Cortar la mantequilla de ajo en rodajas y repartirlas sobre la carne. Pasar el fondo de asado por el chino y dejar reducir a 350 ml. Agregar la cebolla perla y el fondo y calentar.

5 Precalentar el grill (grande) durante 5 minutos a 240°C y gratinar la carne durante 2–3 minutos (3er nivel de bandeja desde abajo). Filetear la carne y servirla con las cebollas y la salsa. Podrá acompañarla con pasta (p. ej., Pappardelle) o patatas.

## ►► Sugerencias y trucos

*El ajo de oso es una especie similar al ajo y desprende un intenso aroma. Las hojas se recogen antes de su floración en los meses de mayo/junio. Como alternativa podrá utilizar 50 g de pesto de ajo de oso (tarro).*

# Popietas de carne asada al estilo italiano con frutas en vinagre y cebolla tostada

Para 4 personas | Un clásico italiano

1 Para las popietas: Pelar las cebollas blancas, cortarlas en tiras y dorar en 1 C de aceite de oliva. Disponer los filetes de carne uno al lado de otro y sazonar con sal y pimienta. En la parte inferior de los filetes, colocar cada vez 1 loncha de jamón de Parma. Picar las frutas encurtidas y repartir sobre las lonchas de jamón. Poner por encima las tiras de cebolla y enrollar los filetes de abajo arriba. Atar con hilo de cocina.

2 En una cazuela, calentar el aceite de oliva restante y freír las popietas por todos los lados. Sacarlas y freír la cebolla, el apio y la zanahoria, cortándolo todo antes en dados. Agregar el azúcar y el tomate frito y rehogar brevemente con el resto. Añadir una tercera parte del vino y dejar reducir casi por completo. Incorporar vino y reducirlo hasta agotarlo.

3 Lavar las finas hierbas y sacudir para secarlas. Verter el caldo de carne de buey sobre la verdura, y agregar el romero, el tomillo, las hojas de laurel y los granos de pimienta. Dejar estofar las popietas, tapadas, en el horno durante 1<sup>1</sup>/<sub>2</sub>–2 horas a 140°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## Ingredientes:

### Para las popietas de carne asada:

- 2 Cebollas blancas
- 3 C Aceite de oliva
- 6 Filetes de carne de buey (c/u 160 g)
- Sal
- Pimienta recién molida
- 6 Lonchas de jamón de Parma
- 120 g Frutas en vinagre y mostaza (tarro)
- 160 g Cebolla en dados
- Apio y zanahorias (80 g de cada), cortados en dados
- 1 c Azúcar
- 1 C Tomate frito
- 1/2 l Vino tinto
- 3 Ramitas de romero
- 3 Ramitas de tomillo
- 800 ml Caldo de carne de buey o fondo de ternera
- 2 Hojas de laurel
- 12 Granos de pimienta negra

### Para la cebolla:

- 4–5 Cebolla
- 1 C Harina
- 1/2 c Pimentón (dulce)
- Aceite para freír

4 Pelar la cebolla y cortar en aros de un grosor de 2–3 cm. Mezclar la harina y el pimentón y rebozar en esta mezcla los aros de cebolla. Sacudir algo para eliminar el exceso de harina. Calentar el aceite y freír los aros hasta que estén crujientes.

5 Retirar las popietas de la cazuela y pasar el fondo de asado por el chino. Reducir hasta 1/2 l, sazonar con sal y pimienta y, si fuera necesario, ligar con almidón. Quitar el hilo y calentar las popietas en la salsa. Cortar las popietas en oblicuo y repartir tres mitades por plato. Verter la salsa alrededor de la carne, y poner por encima cebolla tostada.

## ► Sugerencias y trucos

*Podrá acompañar el plato con polenta al pesto: Llevar a ebullición 350 ml de leche, y verter 80 g de polenta instantánea, removiendo continuamente. Dejar cocer 1 minuto. Incorporar 3 C de pesto. Si fuera necesario, diluirlo antes con agua. Sazonar con sal y pimienta.*

# Solomillo rosa con cebada mondada al vino tinto con vainilla

Para 4–6 personas | Para gourmets

1 Sacar la carne de la nevera una hora antes de la preparación. Limpiar de grasa y tendones. Sazonar con la mezcla de especias chinas, sal y pimienta. Freír durante 5 minutos en aceite. Después, asar sobre la parrilla del horno durante 2 horas a 85°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo) hasta que esté en su punto. Colocar una bandeja de horno por debajo para recoger el jugo. Medir la temperatura interior con la sonda térmica – deberá de estar entre 58–60°C.

2 Cocer la cebada en abundante agua salada a fuego lento durante 15 minutos, después, refrescar con agua fría de grifo. Pelar las chalotas, cortarla en dados pequeños y sofreír en una olla. Agregar la cebada y dejar guisar 1 minuto. Añadir vino tinto y vino de Oporto y reducir casi por completo. Agregar las semillas de vainilla y el caldo de pollo y dejar guisar a fuego lento durante 30 minutos. Al final, incorporar los dados de mantequilla, y apagar el fuego. La cebada deberá de tener una consistencia cremosa. Sazonar con sal y pimienta.

## Ingredientes:

### Para los filetes:

1 kg Carne de vacuno  
(grosor aprox. 7–8 cm)  
1/2 c Mezcla de especias chinas  
Sal  
Pimienta recién molida  
1 C Aceite  
1/2 Manojito de tomillo  
2 C Mantequilla

### Para la cebada mondada:

200 g Cebada perlada  
Sal  
3 Chalotas  
2 C Aceite de oliva  
150 ml Vino tinto  
100 ml Vino tinto de Oporto  
Las semillas de 2 vainas de vainilla  
1/2 l Fondo de pollo  
50 g Mantequilla fría, en dados  
Pimienta recién molida

### Además:

300 g Verduras de primavera  
(p. ej., zanahorias pequeñas, guisantes, cebolletas, colinabo)  
Sal  
3 C Mantequilla  
Pimienta recién molida  
Azúcar

3 Limpiar, pelar y lavar la verdura de primavera y blanquear en agua salada hasta que esté “al dente”. Refrescar y rehogar en mantequilla durante 2–3 minutos. Sazonar con sal, pimienta y una pizca de azúcar.

4 Para la carne: Lavar el tomillo y sacudir para secarlo. Llevar a ebullición la mantequilla en una sartén, agregar el tomillo y la carne y saltear durante 1 minuto.

5 Cortar la carne en filetes y emplatar con la cebada y algo de las verduras.

## ►► Sugerencias y trucos

Como decoración podrá poner por encima finas hierbas fritas. Para ello, calentar 1 cm de aceite en una sartén y freír romero, perejil y tomillo hasta que estén crujientes. Dejar escurrir sobre papel de cocina y salar.





# Rabo de buey con robellones

Para 6 personas | Un plato exquisito

1 Sazonar el rabo de buey con sal y pimienta. Calentar el aceite en una cazuela y freír la carne por todos los lados. Agregar la verdura cortada en dados y sofreír con la carne durante 5–10 minutos. Espolvorear por encima el azúcar, dejar caramelizar algo, agregar el tomate frito y añadir un tercio del vino tinto. Dejar reducir casi por completo. Añadir vino y dejar reducir hasta que se haya agotado el vino tinto.

2 Lavar las finas hierbas y sacudir para secarlas. Pelar el ajo, y añadirlo, junto con las hierbas, las hojas de laurel y el caldo, a la carne de buey. Dejar estofar tapado en el horno durante 2 horas a 140°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

3 Retirar la carne de la cazuela, dejar enfriar algo y deshuesar. Pasar la salsa por el chino, y reducir hasta 1/2 l. Desleír el almidón con un poco de agua fría y hacer una ligazón ligera. Sazonar con sal y pimienta.

4 Limpiar los robellones (no lavar bajo el grifo) y cortarlos en dados de 1–1 1/2 cm. Calentar la mantequilla en una sartén, freír los robellones durante 1–2 minutos y sazonar con sal

## Ingredientes:

1,2 kg Rabo de buey  
(en trozos de 4–5 cm) · Sal  
Pimienta recién molida  
2 C Aceite  
200 g Cebolla en dados  
Apio y zanahorias (100 g de cada), cortados en dados  
1 C Azúcar  
1 C Tomate frito  
600 ml Vino tinto  
3 Ramitas de romero  
3 Ramitas de tomillo  
2 Dientes de ajo  
2 Hojas de laurel  
1 l Caldo de carne de buey  
1–2 c Fécula de patata  
400 g Robellones frescos  
1 C Mantequilla  
200 g Carne finamente picada de ternera (de la carnicería) o farsa (véase la receta de la página 98)  
1 C Perejil picado  
200 g Redaño (pedir en carnicería)  
Grasa para el molde  
2 Manojitos de finas hierbas o de finas hierbas silvestres  
Vinagre balsámico añejo de Módena  
Aceite de oliva

y pimienta. Separar 6 C para el relleno, mantener caliente el resto.

5 Mezclar el rabo de buey con la carne picada de ternera y el perejil y sazonar con sal y pimienta. Cortar el redaño en 6 trozos (c/u 25 x 25 cm). Poner la masa de carne en el centro de los redaños, hacer un hueco en los montoncitos y poner por encima 1 C de robellones. Doblar los bordes de los redaños. Colocar las porciones de carne con la unión hacia abajo en un molde refractario engrasado y asar al horno durante 20–25 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Pintar de vez en cuando con el jugo.

6 Lavar las finas hierbas y sacudir para secarlas. Mezclarlas con vinagre balsámico y aceite de oliva y repartir sobre los platos. Poner también los robellones en los platos. Poner las porciones de carne al lado de las setas y verter la salsa alrededor. Podrá acompañarlo con patatas o tallarines.



# Ossobuco de cordero con coco, tomates y cilantro

Para 4 personas | Con un toque asiático

1 Para la carne: Salar las piezas de ossobuco de cordero. Pelar la cebolla y cortar en dados pequeños. En una cazuela, calentar el aceite y freír la carne por ambos lados. Agregar la cebolla y freír también. Añadir la leche de coco, agregar los tomates y llevar a hervir brevemente. Cortar los chiles longitudinalmente, quitar las semillas, lavar y picar finamente. Pelar el jengibre y rallar. Agregar estos ingredientes, junto con la pimienta verde, a la carne y salar. En el horno, dejar estofar tapado durante unas 2 horas a 140°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

2 Para la verdura: Limpiar y lavar el Pak-Choi y dejar escurrir sobre papel de cocina. Cortar la col en trozos de 3-4 cm. Calentar el aceite en una sartén y rehogar el Pak-Choi durante 1 minuto. Agregar la salsa de soja y el aceite de sésamo y dejar sofreír unos 3-4 minutos.

## Ingredientes:

### Para la carne:

4-5 Piernas de cordero (c/u 350 g; pedir al carnicero que las corte en rodajas de 3 cm)

Sal

1 Cebolla

2 C Aceite

400 ml Leche de coco

600 g Tomate en trozos (lata)

2 Chiles rojos

3 cm Jengibre

1 C Pimienta verde (encurtida)

### Para la verdura:

400 g Pak-Choi o col de China

1 C Aceite

2 C Salsa de soja

1 c Aceite de sésamo

### Además:

1 C Coco en laminillas

1 Manojito de cilantro fresco


3 Tostar las laminillas de coco en una sartén sin grasa. Lavar el cilantro, sacudir para secarlo y picar sin quitar los tallos.

4 Repartir el ossobuco sobre platos hondos, poner por encima algo de la col y espolvorear con las laminillas de coco y el cilantro. Servir con arroz aromático o tallarines salteados con huevo.

## ►► Sugerencias y trucos

*El ossobuco es una receta clásica de Italia, donde se prepara con pata de ternera con tomates, zanahorias, cebolla y caldo o vino blanco. En la versión italiana se acompaña con risotto o polenta.*

# Pierna de cordero asada con ajo caramelizado

Para 4–6 personas | Un plato mediterráneo 

1 Sazonar la pierna de cordero con sal y pimienta. Calentar el aceite de oliva en una cacerola y dorar la pierna. Sacar el cordero y freír la cebolla en dados en el mismo aceite. Agregar el apio y las zanahorias cortados en dados y rehogar también. Agregar el tomate frito y el vino tinto. Dejar que el vino se reduzca casi por completo.

2 Agregar el caldo de pollo y los tomates. Lavar el romero, sacudir para secarlo. Agregar el romero junto con las hojas de laurel y llevar a ebullición. Poner la pierna de cordero en la cacerola y cubrir con lonchas de panceta.

3 Asar la pierna de cordero al horno durante 2½–3 horas a 130°C (Función Clima, con 3 golpes de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Activar el primer golpe de vapor al inicio, los restantes con un intervalo de 1 hora.

4 Pelar los ajos y hervir durante 5 minutos en la leche. Tirar la leche y lavar los ajos con agua fría bajo el grifo. Caramelizar el azúcar en un cazo y agregar los dientes de ajo. Añadir el vinagre claro y el caldo de pollo. Dejar cocer a fuego lento

## Ingredientes:

### Para el asado:

1 Pierna de cordero  
(aprox. 1,8 kg; sin hueso)

Sal

Pimienta recién molida

3 C Aceite de oliva

150 g Cebolla en dados

Apio y zanahorias (80 g de cada), cortados en dados

1 C Tomate frito

400 ml Vino tinto

450 ml Caldo de pollo

400 g Tomates (lata)

5 Ramitas de romero

2 Hojas de laurel

100 g Panceta o bacon  
(en lonchas)

400 g Alubias blancas  
(en conserva)

1–2 C Ralladura de cáscara de  
limón

### Para el ajo:

2 Cabezas de ajo joven  
(20–24 dientes)

200 ml Leche

40 g Azúcar

40 ml Vinagre balsámico claro  
de Módena

50 ml Caldo de pollo

30 g Mantequilla fría, en dados

durante 10 minutos y reducir después hasta que el líquido tenga la consistencia de un jarabe. Incorporar batiendo la mantequilla y mantener los ajos calientes.

5 Sacar la pierna de cordero de la cacerola, ponerla sobre la parrilla del horno y asar al grill (grande) a 240°C hasta que la panceta esté crujiente (3er nivel de bandeja desde abajo). Poner la cacerola con la salsa en la placa, retirar el romero y el laurel y agregar las alubias blancas escurridas. Llevar a hervir y sazonar con sal, pimienta y ralladura de limón.

6 Repartir el guiso de alubias sobre los platos. Cortar la pierna y poner encima del lecho de alubias. Decorar con los ajos caramelizados y rociar con un poco del jarabe de ajo.



# Cordero asado

## con costra crocante y verduras al vinagre balsámico

Para 4 personas | Un clásico en Pascua

1 Sazonar las espaldas de cordero con sal y pimienta y dorar en aceite por ambos lados durante 2–3 minutos. Asar durante 50 minutos a 85°C sobre la parilla del horno (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Colocar una bandeja de horno por debajo para recoger el jugo.

2 Caramelizar el azúcar en una sartén hasta que esté dorado. Agregar los piñones, remover rápidamente y, enseguida, colocar sobre una bandeja de repostería. Dejar enfriar y picar finamente. Picar igualmente las aceitunas. Batir la mantequilla hasta que esté espumosa e incorporar los piñones caramelizados, las olivas, el romero y el pan rallado. Meter esta pasta en una bolsita para congelar y extenderla con ayuda del rodillo hasta que tenga un grosor de unos 7 mm. Poner a enfriar en la nevera.

3 Limpiar, pelar y lavar la verdura. Cortar la cebolla, la berenjena y el pimiento en trozos de 2 cm. Cortar el calabacín en rodajas de 1 cm. Calentar el aceite de oliva en una sartén y sofreír la cebolla, la berenjena y el pimiento durante 10 minutos, a fuego flojo. Lavar el romero y

### Ingredientes:

#### Para la carne:

2 Espaldas de cordero  
(c/u 650 g; con hueso)

Sal

Pimienta recién molida

2 C Aceite de oliva

1 C Azúcar

80 g Piñones

60 g Aceitunas negras  
(deshuesadas)

100 g Mantequilla blanda

1 c Romero picado

1 C Pan rallado

#### Para la verdura:

1 Cebolla blanca

1 Berenjena

1 Pimiento rojo

1 Calabacín (tamaño mediano)

2 C Aceite de oliva

2 Ramitas de romero

1 Diente de ajo

Sal

Pimienta recién molida

100 ml Vinagre balsámico de  
Módena

100 ml Zumo de uvas rojas o  
vino de Oporto

50 g Azúcar

sacudir para secarlo. Agregar el romero junto con las rodajas de calabacín y el ajo aplastado. Seguir sofriendo durante otros 5 minutos y sazonar con sal y pimienta. Retirar el ajo y el romero y mantener las verduras calientes.

4 Hervir el vinagre, el zumo de uva y el azúcar hasta que el conjunto tenga la consistencia de un jarabe y aliñar las verduras con esta mezcla poco antes de servir las.

5 Retirar el cordero del horno y cortar de la masa de mantequilla puesta a enfriar, rectángulos. Ponerlos sobre la carne y gratinarla al horno (grill grande) durante 3–5 minutos a 240°C (3er nivel de bandeja desde abajo).

### ►► Sugerencias y trucos

*Servir con patatas pequeñas. Estas se cuecen primero, después se saltean en aceite de oliva y se espolvorea por encima sal marina. A la hora de comprar la carne de cordero, cerciórese de que proceda de animales jóvenes.*



# Lomo de corzo en costra de pan con mousse de manzana asada

Para 4 personas | Para un día festivo especial

1 Calentar 2 C de aceite en una cazuela y sofreír los huesos durante 10–15 minutos. Después, agregar la cebolla, el apio y la zanahoria en dados y seguir otros 10 minutos con el sofrito. Espolvorear por encima con azúcar glas y dejar caramelizar brevemente. Agregar el tomate frito y un tercio del vino tinto y dejar reducir casi por completo. Proseguir así hasta que se haya agotado el vino tinto. Agregar el fondo de venado y dejar guisar durante una hora a fuego lento. Después de 45 minutos, agregar el laurel, las bayas de enebros, los arándanos encarnados y la cáscara de naranja. Pasar la salsa por el chino, dejar reducir hasta 300 ml, si fuera necesario, ligar con almidón. Sazonar con sal y pimienta.

2 Para la mousse de manzana: Lavar las manzanas, cortar en la parte superior 1 cm. Limpiar con ayuda de un descorazonador. Hacer una masa con la pasta de mazapán, las avellanas y el tomillo y llenar con ella las manzanas. Poner las manzanas sobre una bandeja de repostería y poner por encima copitos de mantequilla. Asar al horno durante 30–40 minutos a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## Ingredientes:

### Para la carne:

3 C Aceite  
2 Trozos de lomo de corzo (c/u 360 g; deshuesados)  
100 g Cebolla en dados  
Apio y zanahorias (80 g de cada), cortados en dados  
1 c Azúcar glas · 1 c Tomate frito · 300 ml Vino tinto  
800 ml Fondo de venado  
1 Hoja de laurel · 5 Bayas de enebros · 1 C Arándanos encarnados (de tarro)  
1 Tira de la cáscara de una naranja · Sal  
Pimienta recién molida  
180 g Carne picada de ternera  
1 c Mezcla de especias para carne de caza  
1 c Perejil picado  
4 Rebanadas de pan de molde  
1 C Mantequilla

### Para la mousse de manzana

#### asada:

3 Manzanas  
50 g Pasta de mazapán  
50 g Avellanas molidas  
1 C Tomillo picado  
1 C Mantequilla · Sal · Pimienta recién molida · Azúcar

3 Con una cucharilla, vaciar las manzanas (o pelarlas) y poner en un cazo. Aplastar la masa con un tenedor hasta obtener un puré fino y sazonar con sal, pimienta y azúcar. Mantener la mousse caliente.

4 Cortar los trozos de corzo por la mitad, para obtener 4 porciones de 10–12 cm de longitud. Mezclar la carne picada de ternera con  $\frac{1}{2}$  c de la mezcla de especias para carne de caza y el perejil. Sazonar con sal y pimienta. Sazonar igualmente el corzo con sal y pimienta y freírlo en el aceite restante. Retirar de la sartén y apartar para enfriarlo.

5 Colocar las rebanadas de pan Tramezzini unas al lado de las otras y repartir sobre ellas una capa fina de la mezcla de carne picada. Colocar los lomos en la parte inferior y enrollar hacia arriba. También puede cortar el pan de molde en horizontal, colocar 2 rebanadas una al lado de otra y enrollar del mismo modo. Calentar la mantequilla en una sartén freír los rollos de pan. Después hornear sobre la parrilla durante 10–15 minutos a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirarlos del horno y dejar reposar unos 5 minutos.

6 Distribuir la mousse de manzana sobre los platos. Cortar los filetes de corzo por la mitad, poner sobre la mousse y verter la salsa alrededor.







# Pierna de corzo con jengibre frito

Para 4–6 personas | Un clásico con un toque exótico

1 Para el asado: Poner los huesos de corzo con 2 C de aceite sobre una bandeja de repostería. Tostar al horno durante 30–40 minutos a 220°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y apartar. Reducir la temperatura del horno a 100°C (calor de bóveda y solera). Frotar el perril de corzo con la mezcla de especias chinas, sal y pimienta, y atar con hilo de cocina. Calentar 2 C de aceite en una sartén y dorar la pierna por todos los lados. Después, asar al horno durante 3–3½ horas sobre la parrilla en el 2º nivel de bandeja desde abajo. Colocar una bandeja de horno por debajo para recoger el jugo.

2 Calentar el aceite restante en una cacerola y rehogar los dados de cebolla, apio y zanahoria durante 10 minutos. Espolvorear por encima con azúcar glas y caramelizar. Agregar el tomate frito y guisar unos instantes, añadir un cuarto del vino tinto y dejar reducir casi por completo. Proseguir así hasta que se haya agotado el vino tinto. Agregar el fondo de venado y los huesos tostados y dejar guisar a fuego lento durante 1 hora.

## Ingredientes:

### Para el asado:

400 g Huesos de corzo

6 C Aceite

1,4 kg Perril de corzo

(deshuesado)

1 c Mezcla de especias chinas

Sal

Pimienta recién molida

150 g Cebolla en dados

Apio y zanahorias (80 g de

cada), cortados en dados

1 C Azúcar glas

1 c Tomate frito

400 ml Vino tinto

½ l Fondo de venado o de pollo

½ Manojito de tomillo

3 cm Jengibre

Ralladura de cáscara de

½ Naranja

200 g Mantequilla fría, en dados

### Para el jengibre frito:

150 g Jengibre

200–300 ml Aceite para freír

3 Para el jengibre frito: Pelar el jengibre y laminarlo. Calentar el aceite en un cazo y freír el jengibre hasta que esté dorado. Dejar escurrir sobre papel de cocina.

4 Para la salsa: Lavar el tomillo y sacudir para secarlo. Laminar el jengibre. Pasar el fondo por el chino sobre un cazo. Agregar el jengibre, el tomillo y la cáscara de naranja. Dejar reducir la salsa a 300 ml, volver a pasar por el chino y mezclar con la mantequilla fría. Sazonar con sal y pimienta, y apagar el fuego. Servir el perril de corzo con la salsa y el jengibre frito.

## ►► Sugerencias y trucos

*Podrá acompañar la carne con cebolletas glaseadas en mantequilla y patatas jóvenes. El jengibre frito pierde su picor y adquiere un sabor ligeramente dulce.*

# Goulash de jabalí

## con migas al tomillo y lasaña de setas

Para 4–6 personas | Para un día frío de invierno

1 Para el goulash: Cortar la carne en trozos de 3 cm y sazonar con sal y pimienta. Calentar el aceite en una cazuela y saltear la carne en dos tandas. Sacar la carne y freír la cebolla y el tocino ahumado, ambos cortados en dados. Agregar el tomate frito, el vino tinto y el vino de Oporto y dejar reducir a la mitad. Agregar la carne y el fondo de venado. Dejar estofar tapado en el horno durante 2 horas a 140°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

2 Para las setas: Batir los huevos con la leche. Sazonar con sal, pimienta y nuez moscada. Limpiar las setas (no lavarlas bajo el grifo), cortarlas y saltearlas con el romero en 1 C de mantequilla durante 2–3 minutos. Sazonar con sal, pimienta y nuez moscada. Engrasar un molde refractario con 1/2 C de mantequilla. Poner por capas las rebanadas de pan, el huevo batido y las setas. Dejar reposar 15 minutos. Poner por encima copitos de mantequilla y hornear durante 30–40 minutos simultáneamente con el goulash (4º nivel de bandeja desde abajo).

### Ingredientes:

#### Para el goulash:

1 kg Carne de jabalí  
(espalda, cuarto delantero)  
Sal · Pimienta recién molida  
2 C Aceite · 600 g Cebolla en dados · 100 g Tocino ahumado, cortado en dados · 1 C Tomate frito · 300 ml Vino tinto  
100 ml Vino tinto de Oporto  
1/2 l Fondo de venado  
6 Bayas de enebro · 2 Clavos  
5 Granos de pimienta dioica  
1 Hoja de laurel  
1 Astilla de canela  
15 Granos de pimienta negra  
1 c Jengibre rallado  
1 c Ralladura de la cáscara de una naranja  
80 g Mantequilla · 3 C Pan rallado · 1 C Tomillo picado

#### Para las setas:

3 Huevos  
300 ml Leche caliente · Sal  
Pimienta recién molida  
Nuez moscada rallada  
300 g Setas variadas  
(p. ej., robellones, cantarelas, champiñones silvestres)  
1 C Romero picado  
2 C Mantequilla blanda  
200 g Panecillo (en rebanadas)

3 Introducir los condimentos (bayas de enebro, clavos, pimienta, laurel, canela y pimienta dioica) en una bolsita de lino y agregar al goulash 20 minutos antes de finalizar el tiempo de cocción. Hacia el final del tiempo de cocción, retirar la bolsita, y agregar al goulash, removiendo, el jengibre y la ralladura de naranja. Sazonar con sal y pimienta.

4 En una sartén, llevar a ebullición la mantequilla y dorar el pan rallado e incorporar el tomillo. Repartir el goulash sobre los platos y espolvorear encima las migas de tomillo. Servir con la lasaña de setas.

### ► Sugerencias y trucos

*Si no tuviera a mano una bolsita de lino, podrá usar un sobre para té y atarlo con hilo de cocina. Para cantidades pequeñas puede utilizar un filtro metálico para té.*





# Verduras, Pasteles & Puddings

Tanto los pasteles como los puddings, son preparaciones muy apreciadas y se revelan en ocasiones como auténticas delicias culinarias. Ya sean sencillos o más elaborados, siempre halagan al paladar cuando se descubre lo que esconden debajo de su crujiente apariencia. ¡Vea lo fácil que resulta hacer estos sabrosos platos!



# Patatas al horno sobre sal marina con remolacha, robellones y berenjena

Para 4 personas | Patatas con tres rellenos

- 1 Lavar las patatas cepillando bien la piel. Secarlas con un paño limpio o con papel de cocina, pinchar 2–3 veces con un tenedor y rociar con 3 C de aceite de oliva. Lavar el romero y sacudir para secarlo.
- 2 Espolvorear sal marina y algo de romero por encima de la bandeja de horno. Poner las patatas sobre la sal y hornear durante 50–60 minutos a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).
- 3 Limpiar la berenjena, lavar y cortar en rodajas o rebanadas finas. Salar y dejar reposar 15 minutos. Lavar el limón con agua caliente, secar, rallar la cáscara y exprimir el zumo.
- 4 Mezclar removiendo la nata agria y la crème fraîche, y dividir en tres porciones. Sazonar una porción con unos chorritos de zumo de limón y, según gusto, con rábano picante. Pelar el ajo, picar finamente y mezclar con la segunda porción de nata y 1 c de ralladura de limón. Para la tercera porción, quitar las semillas del chile, lavar, picar finamente y mezclar con la albahaca. Salpimentar cada una de las salsas al gusto.

## Ingredientes:

12 (aprox. 1,2 kg) Patatas medianas (de consistencia dura después de cocidas)  
 7 C Aceite de oliva  
 1 Manojito de romero  
 1 kg Sal marina gruesa  
 1 Berenjena pequeña  
 Sal  
 1 Limón sin tratar  
 400 g Nata agria para cocinar  
 250 g Crème fraîche  
 1 c Rábano picante rallado (de tarro)  
 1 Diente de ajo  
 1 Chile rojo  
 2 C Albahaca (cortada en tiras)  
 Pimienta recién molida  
 120 g Remolacha (envasada al vacío)  
 200 g Robellones  
 1 Bandejita de berros  
 30 g Cebolla tostada  
 1–2 C Vinagre balsámico de Módena

5 Secar las rodajas de berenjena con papel de cocina y freír en 2 C de aceite durante 2–3 minutos. Sacar de la sartén y sazonar con pimienta.

6 Cortar la remolacha en rodajas finas. Limpiar los robellones (no lavar), laminar y saltearlos en el aceite restante durante 2–3 minutos. Sazonar con sal y pimienta. Cortar los berros de la bandejita.

7 Hacer un corte profundo en forma de cruz en las patatas y abrirlas un poco. Para cada porción llenar 3 patatas con los diferentes preparados. Poner por encima de las patatas la crema de rábano, remolacha y berro. Poner los robellones por encima de la crema de ajo y después cebolla tostada. Poner la crema de albahaca sobre las berenjenas. Rociar todo con unas gotas de vinagre.

## ►► Sugerencias y trucos

*Si no consiguiera robellones frescos, podrá utilizar 40 g de setas secas, teniéndolas a remojo al menos 30 minutos en agua tibia, exprimir bien y rehogar en aceite muy caliente.*



# Pudding de pan con verduras estofadas y mantequilla al levístico

Para 4–6 personas | Pan en buena forma

1 Para la verdura: Pelar las zanahorias, el apio y las raíces de perejil y picar todo. Pelar las chalotas y dejarlas enteras. Rehogar las verduras en aceite de oliva durante 3–5 minutos. Aplastar el ajo y echar junto con el caldo de verduras, las hojas de laurel y las verduras en un molde refractario. Cocinar en el horno durante 30 minutos a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

2 Para el pudding: Cortar el pan en dados de 1 cm y echar en un recipiente adecuado. Pelar la cebolla y cortar en daditos. Lavar el perejil, secarlo, quitar las hojas y picar finamente.

3 Sofreír la cebolla en 1 C de mantequilla hasta que esté transparente y agregar al pan junto con el perejil. Calentar algo la leche, batir con los huevos y verter esta mezcla sobre el pan. Mezclar bien la masa, sazonar con sal, pimienta y nuez moscada y dejar reposar 20 minutos.

## Ingredientes:

### Para las verduras:

Zanahorias, apio y raíces de perejil (300 g de cada)  
300 g Chalotas  
3 C Aceite de oliva  
2 Dientes de ajo  
150 ml Caldo de verduras  
2 Hojas de laurel

### Para el pudding:

350 g Pan (del día anterior)  
1 Cebolla  
1 Ramito de perejil  
2 C Mantequilla  
1/4 l Leche  
3 Huevos (tamaño mediano)  
Sal  
Pimienta recién molida  
Nuez moscada rallada

### Para la mantequilla:

1/2 (c/u) Ramilletes de perejil y levístico  
120 g Mantequilla  
1 Diente de ajo  
1 C Ralladura de cáscara de limón

4 Retirar las verduras del horno. Sacar las hojas de laurel y el ajo. Repartir la masa de pan sobre las verduras. Poner por encima 1 C de copitos de mantequilla. Hornear durante 20–25 minutos a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

5 Para la mantequilla: Lavar el perejil y el levístico y sacudir para secarlos. Quitar las hojas y picar finamente. En un cazo llevar la mantequilla a ebullición. Aplastar el ajo y agregar a la mantequilla, junto con la ralladura de limón y las hierbas. Dejar reposar 1–2 minutos, y quitar el ajo. Retirar el pudding del horno (cuando esté listo), rociar con la mantequilla al levístico y servir.

## ►► Sugerencias y trucos

En lugar de utilizar mantequilla podrá mezclar el levístico con crème fraîche para obtener una salsa fría para el pudding. Como complemento podrá servir una ensalada de canónigos.

# Pastel de patatas en capas sobre lecho de setas con cebolletas

Para 4–6 personas | Lo bueno de la tierra

1 Para el pastel en capas: Hervir las patatas en abundante agua salada con comino. Escurrir, dejar enfriar un poco, pelar y pasarlas por la prensa.

2 Tamizar la harina y el almidón. Separar la clara y yema de los huevos. Batir la mantequilla hasta que adquiera una consistencia espumosa e incorporar lentamente las yemas sin dejar de remover. Incorporar también la crème double y las patatas. Salar las claras y montar a punto de nieve muy sólido. Incorporar 2–3 C de la clara montada en la masa de patatas, después, alternando por porciones, la clara montada y la mezcla de harina y almidón. Sazonar la masa con sal, pimienta y nuez moscada.

3 Precalentar el horno a 240°C (grill grande) durante 5 minutos. Engrasar un molde refractario (aprox. 30 x 25 cm) y forrar la base con papel manteca. Poner una capa de 3 mm de la masa de patatas y asar al grill durante 2 minutos (3er nivel de bandeja desde abajo). Volver a poner por encima otra capa de 3 mm y asar al grill. Proseguir del mismo modo hasta que se haya agotado la masa. Desconectar el horno y mantener el pastel caliente en el interior, tapado con papel de aluminio.

## Ingredientes:

### Para el pastel en capas:

500 g Patatas  
1 c Comino · Sal  
80 g Harina  
120 g Almidón  
8 huevos (tamaño mediano)  
150 g Mantequilla blanda  
100 g nata para cocinar  
Pimienta recién molida  
Nuez moscada rallada  
Mantequilla para el molde

### Además:

500 g Setas variadas  
(p. ej., champiñones,  
cantarelas y robellones)  
1/2 Ramillete de perejil  
2 Chalotas  
2 C Mantequilla  
1 Diente de ajo  
150 g Nata líquida  
1 Tira de la cáscara de un  
limón  
100 g nata para cocinar · Sal  
Pimienta recién molida  
Nuez moscada rallada  
2 Manojos de Cebolletas  
80 ml Caldo de verduras

4 Para el lecho de setas: Limpiar las setas (no lavar) y laminarlas. Lavar el perejil y sacudir para secarlo. Quitar las hojas y picarlas finamente. Pelar las chalotas y cortar en dados pequeños.

5 Sofreír las chalotas en 1 C de mantequilla. Agregar las setas y sofreír todo durante 3–4 minutos. Aplastar el ajo y agregarlo junto con la nata líquida y la cáscara de limón y dejar cocer a fuego lento durante 5 minutos. Volver a sacar el ajo y la cáscara de limón. Incorporar removiendo el perejil y la crème double. Sazonar con sal, pimienta y nuez moscada.

6 Lavar las cebolletas, cortar en trozos de unos 6 cm y sofreír en la mantequilla restante. Añadir caldo de verduras y sazonar con sal, pimienta y nuez moscada. Glasear las cebolletas con el fondo de cocción, y dejar reducir hasta que se haya evaporado el líquido. Cortar el pastel en dados. Servir sobre el lecho de setas con las cebolletas.



# Pudding de patatas

## con salmón al chile, hinojo y costra de pan

Para 4–6 personas | Deliciosa variante de pudding

1 Lavar las patatas cepillando bien la piel. Cortar en rodajas de 3 mm, hervir en agua salada durante 5–6 minutos y escurrir.

2 Limpiar y lavar el hinojo, pelar el ajo y la cebolla. Picar finamente el ajo y cortar el hinojo y la cebolla en tiras finas. Rehogar ambos en 3 C de aceite de oliva durante 3–4 minutos. Agregar el ajo, el vino y 1 pizca de azafrán. Dejar cocer a fuego lento otros 5 minutos, hasta que se haya evaporado el vino. Sazonar con sal y pimienta.

3 Para la marinada: Cortar los chiles longitudinalmente por la mitad, quitar las semillas, lavar y cortar finamente. Dejar escurrir las anchoas y picar finamente. Mezclar el chile picado con las anchoas y el zumo de limón. Lavar el salmón, secar con papel de cocina y cortar en trozos de unos 2 cm, y pasar después por la marinada. Sazonar con sal y pimienta.

### Ingredientes:

500 g Patatas jóvenes  
Sal  
400 g Bulbo de hinojo  
1 Diente de ajo  
2 Cebollas blancas  
5–7 C Aceite de oliva  
100 ml Vino blanco  
Azafrán en polvo  
Pimienta recién molida  
2 Chiles rojos frescos  
(ó 1 seco)  
2 Filetes de anchoa (curados)  
El zumo de 1 limón  
600 g de salmón (sin piel)  
Grasa para el molde  
300 g Nata líquida  
100 g Queso Parmesano  
rallado  
Sal marina  
100 g Pan de molde

4 Engrasar un molde para pudding (aprox. 30 x 25 cm) y poner el hinojo troceado en el mismo. Mezclar la nata líquida con 60 g de queso Parmesano y verter esta mezcla sobre el hinojo. Poner por encima los trozos de pescado y rociar con la marinada. Poner por encima las rodajas de patata, rociar con 1–2 C de aceite de oliva y espolvorear por encima sal marina y pimienta. Hornear durante 20–25 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

5 En la batidora, triturar gruesamente el pan para sandwich y mezclar con el queso Parmesano restante. Repartir la mezcla sobre el pudding y rociar con 1–2 C de aceite de oliva. Hornear durante otros 10–15 minutos hasta que las migas de pan estén doradas.

### ►► Sugerencias y trucos

*Pruebe esta receta con bacalao fresco en lugar de con salmón. Podrá acompañarlo con una ensalada de remolacha con salsa de nata agria mezclada con algo de zumo de limón, sal y pimienta. Espolvorear por encima albahaca picada.*



# Pastel de orecchiette con brócolis y migas de chile

Para 4–6 personas | Los colores de italia

1 Según indicaciones en el envase del producto, hervir los orecchiette en abundante agua salada hasta que estén “al dente”. Escurrir la pasta, refrescar y dejar secar. Limpiar los brócolis, lavar y separar las flores. Blanquear en agua salada hirviendo durante 20 segundos y refrescar después. Lavar los tomates cherry y cortar por la mitad. Engrasar un molde refractario (aprox. 30 x 25 cm) con 2 C de aceite de oliva.

2 Pelar el ajo. Lavar la albahaca, sacudir para secarla y quitarle las hojas. Con la batidora de mano, hacer un puré del ajo, las anchoas, la albahaca y las alcaparras. Incorporar removiendo 3 C de aceite de oliva y sazonar con sal y pimienta.

3 Mezclar los brócolis y los tomates cherry con la pasta y la salsa y verter todo en el molde. Rallar ambos quesos y espolvorear por encima del pastel.

## Ingredientes:

400 g Orecchiette (Típica pasta de Apulia cuya forma recuerda una pequeña oreja)  
Sal  
600 g Brócolis  
200 g Tomates cherry  
100 ml Aceite de oliva  
2 Dientes de ajo  
1 Ramillete de albahaca  
800 g Tomates (lata)  
4 Filetes de anchoas (curados)  
50 g Alcaparras  
Pimienta recién molida  
Queso Parmesano y queso Asiago (100 g de cada)  
2 Chiles rojos  
100 g Pan fresco

4 Cortar los chiles longitudinalmente por la mitad, quitar las semillas, lavar y picar finamente. Triturar finamente el pan en la batidora. Mezclar ambos ingredientes con el aceite de oliva restante y repartir por encima de la pasta. Espolvorear por encima sal y pimienta y hornear durante 30–35 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar el pastel del horno, dejar enfriar algo y servir.

## ►► Sugerencias y trucos

*Podrá acompañar el pastel con una ensalada de rúcula y tomate. El queso Asiago es un queso duro italiano elaborado con leche de vaca, de sabor suavemente aromático, procedente de la región del Véneto. Como alternativa podrá utilizar un queso Gouda semicurado.*

# Pastel de macarrones con tomates, setas y queso Taleggio

Para 4–6 personas | Variante con pasta

1 Según indicaciones en el envase del producto, hervir los macarrones en abundante agua salada hasta que estén “al dente”. Escurrir la pasta, refrescar y dejar secar. Hacer una incisión en forma de cruz en los tomates, escaldarlos en agua hirviendo durante 15 segundos y refrescar. Pelar, cortar en cuartos y quitar las partes del tallo. Quitar las semillas y cortar los tomates en trozos pequeños.

2 Pelar el ajo. Lavar la albahaca, sacudir para secarla y quitarle las hojas. Hacer un puré fino de los tomates, con el ajo y las hojas de albahaca. Rallar finamente el queso parmesano e incorporar junto con la nata líquida en el puré de tomate. Sazonar con sal y pimienta.

3 Pelar la cebolla y cortar en dados pequeños. Limpiar las setas y laminar. Rehogar la cebolla en dados en 2 C de aceite de oliva. Agregar las setas y rehogar todo 2–3 minutos. Sazonar con sal, pimienta y nuez moscada.

## Ingredientes:

400 g Macarrones cortos  
Sal  
600 g Tomates en rama  
2 Dientes de ajo  
1 Ramillete de albahaca  
100 g Queso Parmesano  
500 g Nata líquida  
Pimienta recién molida  
2 Cebollas  
500 g Setas variadas  
(p. ej., robellones, cantarelas y champiñones)  
5 C Aceite de oliva  
Nuez moscada rallada  
Grasa para el molde  
400 g Queso Taleggio  
1 Ramillete de perejil  
100 g Pan de molde o fresco

4 Engrasar un molde para horno (aprox. 30 x 25 cm). Mezclar la pasta con la salsa y las setas en el molde. Cortar el queso en lonchas muy finas y cubrir con ellas el pastel. Hornear durante 30–35 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

5 Lavar el perejil, sacudir para secarlo y quitar las hojas. Cortar el pan en dados pequeños. Freír las hojas de perejil en el aceite de oliva restante en la sartén, hasta que estén crujientes (unos 2–3 minutos). Sacar el perejil de la sartén y dorar los dados de pan en el mismo aceite. Dejarlos caer por encima del pastel y servir.

## ► Sugerencias y trucos

*Taleggio es un queso de Lombardia, elaborado con leche de vaca cruda y con un tratamiento superficial con fermento rojo. El queso es curado en cuevas subterráneas, presenta un color de paja y tiene una consistencia blanda. Como alternativa podrá utilizar queso Camembert o queso Brie.*



# Pastel de rigatoni con antipasti a la boloñesa

Para 4–6 personas | Un plato ideal para vegetarianos

1 Hervir la pasta rigatoni en abundante agua salada durante 5–6 minutos. Escurrir, refrescar y escurrir nuevamente. Pelar la cebolla y 2 dientes de ajo. Limpiar y lavar la berenjena y los calabacines. Pelar los pimientos con un pelador, cortar por la mitad y quitar las semillas. Picar finamente en la batidora o a mano.

2 Lavar el orégano y el tomillo y sacudir para secarlos. Quitar las hojitas y picar finamente. Calentar 2 C de aceite de oliva en una olla y rehogar la mezcla de verduras durante 2–5 minutos. Agregar el tomate frito y rehogar brevemente con las verduras. Agregar los tomates (de lata) y llevar todo a ebullición. Incorporar removiendo el orégano y el tomillo. Sazonar con sal y pimienta. Según gusto, sazonar con chile picado finamente o con pimienta de Cayena.

3 Engrasar un molde refractario (aprox. 30 x 25 cm) o una cazuela con 2 C de aceite de oliva, engrasando también 4–5 cm del borde. Poner los rigatoni en el molde (o en la cazuela).

## Ingredientes:

400 g Pasta rigatoni  
Sal  
1 Cebolla blanca  
4 Dientes de ajo  
1 Berenjena  
2 Calabacines pequeños  
1 Pimiento rojo y 1 pimiento amarillo  
1 Manojito de orégano  
1 Manojito de tomillo  
110 ml Aceite de oliva  
1 C Tomate frito  
800 g Tomate en trozos (lata)  
Pimienta del molinillo  
150 g Queso Parmesano rallado  
400 g Queso Ricotta  
Sal marina  
1 C Ralladura de cáscara de limón sin tratar  
1 C Perejil picado

4 Verter la salsa por encima de la pasta de modo que ésta quede prácticamente cubierta por ella. Agitar el molde para distribuir bien la salsa. Poner por encima el queso Ricotta. Rociar el queso con 2 C de aceite de oliva y espolvorear sal marina por encima del queso.

5 Hornear el pastel de rigatoni durante 35–40 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

6 Pelar los dientes de ajo restantes, picar finamente y sofreír en el aceite reservado. Incorporar la ralladura de limón y el perejil, freír y rociar el pastel con esta mezcla.

## ►► Sugerencias y trucos

*Como alternativa para el aceite especiado podrá utilizar romero picado, ralladura de naranja y granos de pimienta rosa. Para ahorrar tiempo podrá triturar las verduras en la batidora.*



# Lasaña de calabaza con carne de ternera y piñones

Para 4–6 personas | Capa por capa, un gran placer

1 Pelar la cebolla y el ajo y picarlos finamente. Cortar también la panceta en dados pequeños y derretir en una cazuela en 2 C de aceite de oliva. Agregar la cebolla y el ajo, sofreír todo durante 2 minutos y apartar la cazuela del fuego.

2 Cortar la carne de ternera en dados de 1/2 cm y freír en 2 C de aceite de oliva durante 5 minutos. Poner la carne junto con el tomate frito, el caldo de pollo y los tomates (de lata) en la cazuela. Picar la guindilla y agregar junto con las hojas de laurel y el romero. Sazonar con sal marina, pimienta y canela. Dejar estofar tapado en el horno durante 2 horas a 140°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

3 Pelar la calabaza, quitar las pepitas y cortar en gajos de 1 cm. En el mortero, moler las semillas de cilantro y la guindilla restante. Agregar una pizca de sal marina, pimienta, una pizca de canela y mezclar con 3 C de aceite de oliva. Repartir la calabaza sobre una bandeja de repostería forrada con papel manteca y rociar con el aceite especiado. Hornear simultáneamente con la carne durante 45 minutos (4º nivel de bandeja desde abajo).

## Ingredientes:

2 Cebollas  
2 Dientes de ajo  
50 g Panceta ahumada  
aprox.  
100 ml Aceite de oliva  
500 g Carne de ternera  
(de pernil)  
1 C Tomate frito  
300 ml Caldo de pollo  
800 g Tomate en trozos (lata)  
2 Guindillas (picantes) secas  
2 Hojas de laurel  
6 Ramitas de romero  
Sal marina fina  
Pimienta del molinillo  
Canela en polvo  
600–800 g Calabaza  
1 C Semillas del cilantro  
4 Filetes de anchoa  
400 g Crème fraîche  
3–4 C Leche  
100 g Queso Parmesano  
rallado  
400 g Placas de lasaña  
300 g Queso Mozzarella  
60 g Piñones

4 Picar finamente las anchoas y mezclar con crème fraîche, leche y queso parmesano. Sazonar ligeramente con sal y pimienta.

5 Engrasar un molde para soufflé (aprox. 30 x 25 cm) con 2 C de aceite de oliva y empezar a llenarlo poniendo primero una capa de placas de lasaña. Después, la salsa de carne, los gajos de calabaza, la crème fraîche y las placas de lasaña y finalmente la salsa de queso.

6 Cortar la bola de queso Mozzarella en rodajas y repartir sobre la lasaña. Hornear durante unos 35–40 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo), hasta que la pasta esté blanda y la superficie ligeramente dorada.

7 Tostar los piñones en una sartén sin grasa, picar finamente y espolvorear por encima de la lasaña antes de servirla.

# Canelones con relleno de radicchio y cebolla con queso Ricotta

Para 4–6 personas | Con relleno vegetariano

1 Pelar la cebolla y cortar en dados pequeños. Limpiar la achicoria y quitar el tallo duro. Lavar las hojas, centrifugar y cortar en tiras finas.

2 Caramelizar el azúcar glas en una sartén. Agregar 1 C de mantequilla, la cebolla en dados y la achicoria y dejar que se reduzca el volumen de la verdura durante 2–3 minutos. Agregar vinagre, el tomillo y el zumo de uva y dejar guisar a fuego lento hasta que se haya evaporado el líquido casi por completo. Quitar del fuego y dejar enfriar algo. Incorporar el queso ricotta (requesón) y el huevo, removiendo, y sazonar con sal y pimienta.

3 Engrasar un molde para soufflé (aprox. 25 x 22 cm). Llenar los canelones con ayuda de una manga pastelera o una cucharilla y ponerlos en el molde.

4 Llevar a ebullición la nata líquida con el caldo de pollo. Derretir la mantequilla restante en un cazo, agregar la harina y la mezcla de caldo y nata y volver a llevar a ebullición. Sazonar con sal, pimienta y nuez moscada y apartar.

## Ingredientes:

4–5 Cebollas rojas  
(aprox. 200 g)  
500 g Radicchio (achicoria)  
1 C Azúcar glas  
60 g Mantequilla  
2 C Vinagre de vino tinto  
1 C Tomillo picado  
200 ml Zumo de uvas rojas  
250 g Queso Ricotta  
1 Huevo (tamaño mediano)  
Sal marina fina  
Pimienta recién molida  
Grasa para el molde  
16–18 Canelones  
200 g Nata líquida  
200 ml Caldo de pollo  
2 C Harina  
Nuez moscada rallada  
200 g Queso Fontina o Asiago  
50 g Queso Parmesano  
1/2 Ramillete de albahaca

5 Cortar el queso Fontina en trozos pequeños. Rallar finamente el queso Parmesano y dejar derretir ambos quesos en la mezcla de nata y caldo. Verter la salsa de queso sobre los canelones y hornear durante 30 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

6 Lavar la albahaca, sacudir para secarla, quitar las hojas y picar finamente. Retirar los canelones del horno, espolvorear por encima con la albahaca y servir.

## ► Sugerencias y trucos

Los canelones se hacen de una masa de pasta de harina de trigo duro, en forma de cilindros gruesos y largos. Es conveniente utilizar una manga pastelera para rellenarlos. Podrá acompañarlos con ensalada de lechuga con nueces tostadas y con un aliño de vinagre de módena.



# Pizza con espárragos con ajo de oso y queso fresco

Para 1 base de pizza | Bueno y saludable 

1 Para la masa: Poner la harina en una fuente y hacer un hueco en el centro. Desmenuzar la levadura y diluirla en  $\frac{1}{8}$  l de agua tibia y verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina desde los bordes e incorporar en la mezcla removiendo hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa durante 15 minutos en un lugar cálido y sin corrientes de aire o al horno a  $35^{\circ}\text{C}$  (calor de bóveda y solera).

2 Después, incorporar a la masa 1 c de sal y el aceite de oliva, y amasar con las varillas durante unos 10 minutos incorporando la harina restante hasta que la superficie de la masa tenga una apariencia brillante y una textura elástica. Volver a dejar subir tapada en un lugar cálido durante 45 minutos.

3 Volver a amasar brevemente y aplanar con el rodillo sobre una bandeja de repostería hasta un grosor de  $\frac{1}{2}$  cm. Volver a dejar subir otros 20 minutos.

4 Lavar el ajo de oso y las espinacas y descartar los tallos y partes muy duras. Blanquear en agua hirviendo durante 10 segundos. Picar en trozos grandes ambos ingredientes y sazonar con sal y pimienta.

## Ingredientes:

### Para la masa:

250 g Harina de trigo (tipo 45)  
 $\frac{1}{2}$  Dado de levadura fresca  
 (21 g)  
 $\frac{1}{2}$  c Azúcar  
 5 C Aceite de oliva  
 Sal

### Para la cobertura:

50 g Ajo de oso  
 300 g Hojas de espinacas  
 Sal marina fina  
 Pimienta recién molida  
 800 g Espárragos blancos  
 1 C Mantequilla  
 Azúcar  
 1–2 Chiles rojos  
 1 Ramillete de perejil  
 1 Diente de ajo  
 100 g Queso Parmesano  
 250 g Queso Mozzarella  
 200 g Queso fresco  
 200 g Crème fraîche  
 5 C Aceite de oliva

5 Pelar los espárragos, cortar los extremos duros y cortar los tallos en oblicuo, en rodajas de  $\frac{1}{2}$  cm. Derretir la mantequilla en una sartén y saltear los espárragos durante 2–3 minutos. Sazonar con sal, pimienta y azúcar.

6 Cortar los chiles longitudinalmente por la mitad, lavar, quitar las semillas y picar finamente. Lavar el perejil, sacudir para secarlo, quitar las hojas y picar finamente. Pelar el ajo y picarlo menudo. Rallar el queso Parmesano. Cortar el queso Mozzarella en rodajas. Mezclar el queso fresco, la crème fraîche, el queso Parmesano y 3 C de aceite de oliva. Incorporar el ajo, el perejil y los chiles. Sazonar la mezcla con sal marina y pimienta.

7 Repartir sobre la base de la pizza la mitad de la mezcla. Poner por encima los espárragos, las espinacas con el ajo de oso y sobre ello las rodajas de queso Mozzarella. Repartir por encima el resto de la mezcla de nata y queso y hornear durante 30–35 minutos a  $200^{\circ}\text{C}$  (Función Clima, con 1 golpe de vapor automático, nivel medio de bandeja). Retirar la pizza del horno, rociar con el aceite de oliva restante y servir.



# Pastel de calabaza

## con ensalada picante de naranjas y sésamo

Para un molde de pastel (26 cm Ø) | Una delicia oculta bajo hojaldre

1 Para la masa: Poner la harina en forma de volcán sobre la encimera y agregar 2 pizcas de sal. Cortar la mantequilla en dados pequeños, agregar y mezclar con ayuda de un cuchillo. Batir la yema de huevo e incorporar a la masa. Agregar 1 C de agua muy fría y amasar todo rápidamente a mano. Envolver en film transparente y poner a enfriar en la nevera durante 30 minutos.

2 Para el relleno: Pelar la calabaza, quitar las pepitas y cortar en gajos de 2–3 cm. Pelar el ajo. Majar el cilantro, el hinojo, la pimienta y el chile en un motero, agregar el ajo y el aceite de oliva y seguir machacando hasta obtener una pasta fina. Poner los gajos de calabaza en un molde refractario y rociar por encima con el aceite especiado. Hornear durante 30 minutos a 160°C (Aire caliente, 2º nivel de bandeja desde abajo).

3 Engrasar el molde para el pastel. Con ayuda del rodillo, estirar la masa sobre la encimera enharinada hasta hacerla del tamaño del molde y un grosor de 3–4 mm. Poner la masa en el molde, apretar bien, cortar la masa que sobresalga del borde y poner a enfriar.

### Ingredientes:

#### Para la masa:

250 g Harina de trigo (tipo 45)  
Sal  
130 g Mantequilla fría  
1 Yema de huevo  
300 g Masa de hojaldre  
(4 placas c/u 75 g)  
1 Huevo batido (tamaño mediano)

#### Para el relleno:

aprox. 1,2 kg Calabaza  
1 Diente de ajo  
Semillas de cilantro, semillas de hinojo y granos de pimienta negra (1/2 c de cada)  
1 Chile seco  
3 C Aceite de oliva  
1 Manojito de cilantro fresco  
150 g Crème fraîche  
2 Huevos (tamaño mediano)  
Sal marina

#### Para la ensalada:

3 Naranjas (sin pepitas)  
2 Chiles rojos  
2 C Aceite de oliva  
2 C Vinagre de vino blanco  
1 c Miel  
1 C Semillas de sésamo (tostadas)  
Sal  
Pimienta recién molida

4 Lavar el cilantro, sacudir para secarlo, quitar las hojas y picar finamente. Machacar gruesamente la carne de la calabaza y mezclar con la crème fraîche, los huevos y la mitad del cilantro. Sazonar esta masa con sal marina.

5 Poner la mezcla de calabaza en el molde forrado con la masa. Poner las placas de hojaldre una encima de otra sobre la encimera enharinada y, con ayuda del rodillo, aplanar hasta que tenga el grosor de 1/2 cm. Cubrir el molde con la calabaza con esta masa de hojaldre. Pintar con huevo batido. Hacer un agujero de unos 2 cm en el centro para que pueda escapar el vapor. Hornear el pastel durante 40–45 minutos a 160°C (Cocción intensiva, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno, dejar enfriar algo y desmoldar.

6 Para la ensalada: Pelar las naranjas cuidando de quitar también la piel blanca, separar los gajos y quitar las semillas. Cortar los chiles longitudinalmente por la mitad, lavar y picar finamente. Hacer un aliño, mezclando el aceite de oliva, el vinagre, la miel, el sésamo y el chile. Mezclar los gajos de naranja y el cilantro restante con el aliño y dejar marinar brevemente. Cortar el pastel en trozos y servir con la ensalada de naranja.

# Strudel de batata y apio con pesto de albahaca y hierba buena

Para 2 Strudel | El quid está en la mezcla

1 Para la masa del strudel: Tamizar la harina sobre una fuente grande. Mezclar la yema de huevo, 3 C de aceite, 150 ml de agua y una pizca de sal y agregar esta mezcla a la harina. Amasar con las varillas hasta que la masa tenga una textura elástica. Envolver en film transparente y dejar reposar 1 hora.

2 Para el relleno: Pelar el jengibre y rallar finamente. Pelar las batatas y el apio y cortar ambos en dados gruesos. Freír los dados en 2 C de mantequilla en una cazuela durante 2–3 minutos. Agregar el chile (entero) y el jengibre y sazonar con sal marina, pimienta y nuez moscada. Cocinar en el horno, tapado, durante 20 minutos a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Después quitar el chile.

3 Con la batidora de mano, hacer un puré con las verduras. Mezclar la crème fraîche y los huevos y agregar al puré. Freír el pan rallado en 80 g de mantequilla. Agregar el tomillo y salar.

4 Aplanar una bola de masa sobre la encimera enharinada hasta que tenga un grosor muy fino y colocar la plancha de masa sobre un paño enharinado. Derretir la mantequilla. Con las manos untadas de aceite, estirar cuidadosamente la masa

## Ingredientes:

### Para la masa:

300 g Harina de trigo (tipo 45)  
1 Yema de huevo  
4 C Aceite · Sal  
Harina y aceite para amasar  
4 C Mantequilla

### Para el relleno:

Jengibre (3 cm)  
600 g Batatas  
600 g de apio  
100 g Mantequilla  
1 Chile seco  
Sal marina  
Pimienta recién molida  
Nuez moscada rallada  
200 g Crème fraîche  
2 Huevos (tamaño mediano)  
80 g Pan rallado  
1 C Tomillo picado

### Para el pesto:

1/2 Manojito de hierbabuena  
2 Ramillete de albahaca  
1/2 Diente de ajo  
60 g Piñones  
40 g Queso Parmesano rallado  
1 C Ralladura de limón  
150 ml Aceite de oliva · Sal  
Pimienta recién molida

apoyándola con el dorso de las manos hasta obtener un rectángulo de aprox. 38 x 35 cm, con un grosor finísimo (“hasta que sea posible leer un periódico a través de ella”, como se dice en Austria) y pintar enseguida con la mantequilla derretida. Espolvorear por encima las migas de pan con tomillo.

5 Poner la mitad del relleno sobre el tercio anterior de la masa (10–15 cm). Enrollar el strudel con ayuda del paño de cocina.

6 Colocar el rollo de strudel en una bandeja de horno con la unión hacia abajo. Repulgar los extremos hacia abajo y pintar el strudel con la mantequilla derretida. Seguir las mismas operaciones para el 2º strudel. Hornear los strudels durante 35 a 40 minutos a 180°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

7 Para el pesto: Lavar la hierbabuena y la albahaca, sacudir para secarlas y quitarles las hojas. Pelar el ajo y picar gruesamente. Tostar los piñones en una sartén sin grasa. Hacer un puré con todos los ingredientes del pesto y sazonar con sal y pimienta.

8 Retirar los strudels del horno y dejar enfriar durante un rato. Cortar en trozos y servir con el pesto.



# Ragú de conejo envuelto en hojaldre con sal de romero con naranja

Para 4–6 personas | Una sorpresa culinaria

1 Para el ragú: Quitar las partes de grasa y tendones y cortar la carne en trozos de 1 cm aproximado. Limpiar y lavar los puerros, el apio y las zanahorias y cortar todo en rodajas de 1/2 cm aproximado. Lavar la naranja con agua muy caliente, secar con papel de cocina, rallar la cáscara y exprimir el zumo.

2 Derretir la mantequilla en una cacerola y freír la carne durante 3–5 minutos. Agregar la verdura y cocer todo a fuego vivo durante 2–3 minutos. Espolvorear harina y mezclar. Agregar el zumo de naranja, el vino blanco, la nata líquida y el caldo de pollo. Agregar 1 C de romero y sazonar el ragú con sal y pimienta. Dejar estofar tapado en el horno durante 60 minutos a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

3 Entretanto, quitar la carne de las salchichas y formar con ella albondiguillas. Freír las pequeñas albóndigas en aceite de oliva durante 1–2 minutos. Después de 50 minutos, retirar el ragú del horno, incorporar las albondiguillas, sazonar con sal y pimienta y verter la mezcla en un molde refractario.

## Ingredientes:

1 kg Carne de conejo (de la pata, sin hueso)  
 2 Puerros  
 2 Apios  
 2 Zanahorias  
 1 Naranja  
 2 C Mantequilla  
 2 C rasas de Harina  
 200 ml Vino blanco seco  
 300 g Nata líquida  
 200 ml Caldo de pollo  
 2 C Romero picado  
 Sal marina  
 Pimienta  
 250 g Salsiccia (o salchichas parrilleras gruesas)  
 1 C Aceite de oliva  
 300 g Masa de hojaldre (4 Placas, c/u 75 g)  
 1 Yema de huevo (tamaño mediano)  
 4 C Leche

4 Poner las láminas de hojaldre una encima de otra y aplanar con el rodillo hasta conseguir un grosor de 1/2 cm aproximadamente y el tamaño del molde. Batir la yema de huevo con la leche. Pintar los bordes del molde y colocar la masa de hojaldre por encima. Apretar bien y pintar con el huevo batido restante. Con la punta del cuchillo, practicar cortes superficiales decorativos en forma de rombo y hornear durante 30–35 minutos a 190°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo), hasta que esté dorado.

5 Para la sal de romero con naranja: En el mortero, majar finamente el romero restante con 1 C de sal marina. Repartir el ragú con la costra de hojaldre sobre los platos y espolvorear por encima la sal especiada.


## ►► Sugerencias y trucos

*La carne de conejo suele tener un tono claro y una textura suave, con un sabor ligeramente dulce, sin llegar a tener el típico sabor de la carne de caza. Podrá servir el ragú de conejo en costra de hojaldre con puré de patatas o patatas pequeñas asadas al horno.*



# Tarta de tomate

## con yogur y migas crujientes de parmesano

Para 4 personas | Un tentempié ligero 

1 El día anterior, lavar las finas hierbas, sacudir para secarlas, quitar las hojas y picarlas finamente. Pelar el ajo y picarlo menudo. Mezclar las hierbas y el ajo con el yogur y sazonar con sal marina y pimienta. Colocar un colador sobre una fuente, forrarlo con un paño de cocina limpio, verter por encima la salsa de yogur y dejar escurrir durante la noche en la nevera.

2 Al día siguiente: Poner las planchas de hojaldre una encima de otra y aplanar con el rodillo hasta obtener un rectángulo del tamaño de la bandeja de repostería con un grosor de  $\frac{1}{2}$  cm. Rectificar los bordes. Poner el hojaldre sobre la bandeja de horno forrada con papel manteca. Untar con la salsa de yogur escurrida y dejar un borde de 1 cm sin pintar.

3 Hacer un corte en forma de cruz en los tomates y escaldar en agua hirviendo durante 10 segundos, refrescar y pelar. Rociar los tomates con el aceite de oliva y sazonar con sal marina, pimienta y una pizca de azúcar. Repartir los tomates sobre la capa de yogur. Batir la yema de huevo con la nata líquida y pintar con esta mezcla el borde de la masa.

### Ingredientes:

1 Manojito de finas hierbas para ensalada (perejil, cebollino, estragón, albahaca)  
 1 Diente de ajo  
 500 g Yogur griego (o cualquier otro yogur cremoso)  
 Sal marina  
 Pimienta recién molida  
 300 g Masa de hojaldre (4 placas, c/u 75 g)  
 600 g Tomates cherry rojos y amarillos  
 2 C Aceite de oliva  
 Azúcar  
 1 Yema de huevo (tamaño mediano)  
 2 C Nata líquida  
 Grasa para la bandeja de horno  
 100 g Queso Parmesano


4 Engrasar una bandeja de repostería. Rallar finamente el queso Parmesano y espolvorear por encima de la bandeja en una capa fina. Apretar ligeramente con las manos y tostar en el horno precalentado durante unos 5 minutos a 240°C (grill grande), hasta que esté dorado y crujiente. Retirar del horno y dejar enfriar.

5 Hornear la tarta de tomate durante 25–30 minutos a 180°C (Función Clima, con 1 golpe de vapor automático, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar la tarta del horno, dejar enfriar algo. Desmenuzar gruesamente el queso Parmesano y espolvorear por encima de la tarta. Decorar con finas hierbas.

### ►► Sugerencias y trucos

*Si no consiguiera las finas hierbas en un manojo, combínelas a su gusto. Las que sobren podrán picarse finamente y congelar repartiéndolas en una bandeja para cubitos de hielo.*

# Cebolla rellena con ratatouille (pisto) y pan de pizza

Para 4 personas | Todo es cuestión del envoltorio 

1 Para la masa: Poner la harina en una fuente y hacer un hueco en el centro. Desmenuzar la levadura y diluirla en 65 ml de agua tibia y una pizca de azúcar. Recoger algo de harina desde los bordes e incorporar en la mezcla removiendo hasta obtener una masa de consistencia un poco espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa durante 15 minutos en un lugar cálido y sin corrientes de aire o al horno a 35°C (calor de bóveda y solera).

2 Picar finamente el ajo y agregar a la masa, junto con 1/2 c de sal, el aceite de oliva y el romero. Incorporar la harina restante y amasar con las varillas durante 10 minutos hasta que la masa tenga una textura elástica y una superficie brillante. Volver a dejar subir durante otros 45 minutos (véase arriba).

3 Pelar las cebollas y hervir en agua salada durante 6–8 minutos, dejar enfriar ligeramente. Cortar un 1 cm de la parte superior, vaciarlas para hacer un hueco para 1–2 C del relleno. Pelar el ajo y picar finamente, y hacer lo mismo con las partes quitadas de la cebolla. Cortar el pimiento longitudinalmente por la mitad, quitar las semillas. Limpiar la

## Ingredientes:

### Para la masa:

140 g Harina de trigo (tipo 45)

1/4 Dado de levadura fresca  
(10,5 g)

Azúcar

1 Diente de ajo

Sal

2 C Aceite de oliva

1 C Romero picado

Harina para amasar

### Para la cebolla:

4 Cebollas blancas grandes

Sal marina fina

1 Diente de ajo

1 Pimiento rojo

1/2 Berenjena

1 Calabacín pequeño

5 C Aceite de oliva

Romero y tomillo picados

(1 C de cada)

200 g Tomate en trozos (lata)

100 g Queso Parmesano

rallado

Pimienta recién molida

4 Ramitas de albahaca

berenjena y el calabacín. Lavarlos y cortar en dados de 1/2 cm aproximadamente.

4 Rehogar las verduras con la cebolla en 3 C de aceite de oliva durante 4–5 minutos. Agregar las hierbas, los tomates (de lata) y el ajo y dejar guisar a fuego lento durante 10–12 minutos. Agregar 60 g del queso Parmesano y sazonar la salsa con sal y pimienta. Rellenar las cebollas con el pisto y espolvorear por encima el queso Parmesano restante.

5 Dividir la masa en 4 porciones, formar 4 esferitas de pan con un grosor de 1–2 cm y ponerlas en una bandeja de repostería. Poner sobre el centro de cada una de las porciones de masa una cebolla, apretar ligeramente y dejar subir la masa otros 15 minutos.

6 Pintar los bordes de las masas con el aceite de oliva restante y hornear durante 25–30 minutos a 160°C (Función Clima, con 1 golpe de vapor automático 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar la cebolla del horno y dejar enfriar algo.

7 Lavar la albahaca, sacudir para secarla y quitarle las hojas. Decorar el pan de pizza con las hojas de albahaca y servir.



# Pimientos rellenos con cuscús y chutney de limón

Para 4 personas | Un clásico, con nuevo contenido

1 Para los pimientos: Tostar las laminillas de almendra en una sartén sin grasa. Poner el cuscús, las pasas de Corinto y las almendras en una fuente. Llevar a ebullición el caldo de verduras y verter por encima del cuscús. Dejarlo hinchar durante 5 minutos y ahuecar con una cuchara. Lavar el cilantro, sacudir para secarlo, quitar las hojas, picarlas finamente e incorporar junto con la mantequilla en el cuscús. Sazonar con azúcar, sal, pimienta y comino.

2 Cortar la parte superior de los pimientos (servirá después de tapita). Limpiar el interior de semillas, lavar los pimientos y rellenar generosamente con la masa de cuscús. Volver a poner las tapitas.

3 Para la salsa: Pelar el ajo y la cebolla. Cortar el chile longitudinalmente por la mitad y quitar las semillas. Picar finamente el chile, la cebolla y el ajo y freír todo en aceite de oliva. Agregar los tomates y llevar a ebullición. Sazonar con sal, pimienta, cilantro y comino.

4 Verter esta salsa en un molde refractario y poner sobre ella los pimientos. Dejar estofar tapado en el horno durante 50–60 minutos a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## Ingredientes:

### Para los pimientos:

50 g Almendras en laminillas  
260 g Cuscús  
40 g Pasas de Corinto  
600 ml caldo de verduras  
1 Manojito de cilantro fresco  
1 C Mantequilla blanda  
1 C Azúcar · Sal  
Pimienta recién molida  
Comino en polvo  
8 Pimientos rojos

### Para la salsa:

1 Cebolla  
2 Diente de ajo · 1 Chile seco  
3 C Aceite de oliva · 800 g  
Tomates (en lata) · Sal  
Pimienta recién molida  
Cilantro y comino en polvo

### Para el queso:

2 l Leche · Sal  
4 C Zumo de limón  
Pimienta recién molida  
1–2 C Aceite de oliva

### Para el chutney:

2 Limones · 2 C Aceite  
1 C Mostaza en grano  
30 g Hojas de curry frescas  
50 g de hojas secas (asiáticas)  
1 c Chile en polvo · 1 C Azúcar  
4 C Vinagre balsámico claro

5 Para el queso: Hervir la leche en una olla grande. Agregar el zumo de limón y dejar que la leche se cuaje. Forrar un colador con un paño de cocina limpio. Verter la leche cuajada por encima del paño. Recoger el paño con la leche cuajada y apretar fuertemente el fardo exprimiendo el líquido. Poner la masa de queso en una fuente. Sazonar con sal, pimienta y aceite de oliva.

6 Para el chutney: Lavar los limones con agua muy caliente, secar con papel de cocina, cortar por la mitad, quitar las pepitas y cortar en dados de 1 cm. Freír la mostaza en grano en el aceite de oliva. Agregar las hojas de curry, el chile en polvo y el azúcar, freír todo brevemente y añadir el vinagre. Agregar los dados de limón y dejar guisar a fuego lento durante 8–10 minutos hasta que el chutney tenga una consistencia espesa.

7 Poner los pimientos rellenos con la salsa en los platos. Poner por encima trocitos de la masa de queso, rociar todo con el chutney de limón y servir.









# Postres

Los postres son sutiles tentaciones y más de uno renuncia a un copioso plato principal para poder disfrutar de placenteras creaciones como una crême brulée al jazmín, un bizcocho de chocolate con merengue de frambuesa o un crêpe gratinado. ¿Quién se resistirá?



# Tartaletas de Moscato d'Asti con grosellas

Para 1 molde desmontable (18 cm Ø) | Aires frescos de verano

1 Para la pastaflora: Cortar la mantequilla en dados. Amasar rápidamente con las varillas la harina, mezclada con la mantequilla, el azúcar glas, 1 pizca de sal y el azúcar de vainilla. Incorporar el huevo, envolver la masa en film transparente y dejar reposar 30 minutos en la nevera.

2 Forrar la base del molde desmontable con papel manteca y engrasar las paredes del mismo. Estirar la masa con un rodillo sobre la encimera enharinada hasta obtener un grosor fino y ponerla en el molde, formando un borde de unos 3–4 cm de altura. Forrar otra vez con papel manteca y poner encima leguminosas secas. Hornear durante 10–12 minutos a 170°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

3 Desconectar el horno. Retirar la masa y quitar el papel con las leguminosas. Calentar la confitura y pintar con ella la base prehorneada.

4 Para la crema: Mezclar todos los ingredientes en un cazo. Calentar la masa, removiendo, a unos 50°C (medir con la sonda térmica), pasar por el chino y repartir sobre la base

## Ingredientes:

### Para la pastaflora:

120 g Mantequilla fría  
250 g Harina de trigo (tipo 45)  
100 g Azúcar glas  
Sal  
1 Sobre de azúcar de vainilla  
1 Huevo (tamaño mediano)  
50 g Confitura de albaricoque

### Para la crema:

$\frac{1}{4}$  l Moscato d'Asti  
(vino semi-espumoso italiano)  
3 Huevos (tamaño mediano)  
1 Yema de huevo (tamaño mediano)  
60 g Azúcar  
1 C Crème double  
1 Chorro de zumo de limón

### Además:

Mantequilla para el molde  
Harina para la superficie de trabajo  
Leguminosas secas para la cocción ciega de la masa (p. ej., lentejas o habas)  
300 g Grosella negra y blanca  
10 Hojas de albahaca  
1 C Azúcar  
2 C Azúcar cande fino

de pastaflora. Hornear durante 45–50 minutos a 110°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar el molde del horno y dejar enfriar.

5 Lavar los racimos de grosella, dejar escurrir y separar los frutos. Lavar las hojas de albahaca y secar bien con papel de cocina. Majar la albahaca con el azúcar en el mortero.

6 Espolvorear por encima de la superficie de la tarta el azúcar cande y caramelizar con el soplete. Con un cuchillo panero, cortar la tarta en trozos y poner por encima de éstos las grosellas. Espolvorear por encima la mezcla de azúcar y albahaca y servir.

## ►► Sugerencias y trucos

*La tarta está también deliciosa con fresas con vinagre balsámico. Para ello, cocinar 100 ml de vinagre balsámico, 50 g de azúcar y un sobre de azúcar de vainilla hasta que tenga toda consistencia de jarabe, dejar enfriar y mezclar con 300 g de fresas cortadas en trozos pequeños.*



# “Torrone”

## con higos gratinados con frutas de verano

Para 6 personas | Especialidad italiana de turrón

- 1 Lavar la fruta, deshuesar o quitar las pepitas y cortar en bocados convenientes.
- 2 Para las almendras: Diluir el azúcar glas con algo de agua. Pasar las almendras en el azúcar y disponerlas sobre una bandeja de horno forrada con papel manteca. Dorar en el horno durante 10–15 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo), hasta que el azúcar esté caramelizado. Retirar del horno, dejar enfriar y picar las almendras en trozos grandes.
- 3 Para el gratinado: Picar finamente el chocolate fondant, el praliné de nuez y los higos. Mezclar el mascarpone con miel y las yemas de huevo. Incorporar las semillas de sésamo, el chocolate fondant, el praliné y los higos. Montar a punto de nieve firme las claras. Seguir batiendo y vertiendo lentamente el azúcar hasta obtener una crema de consistencia firme. Incorporar cuidadosamente la clara montada en la masa de mascarpone.

### Ingredientes:

#### Para las frutas:

800 g Frutas, según gusto (p. ej., peras, albaricoques, ciruelas y melocotones)

#### Para las almendras:

2 C Azúcar glas  
200 g Almendras peladas

#### Para el gratinado:

100 g Chocolate fondant amargo suave  
100 g Praliné de nuez  
80 g Higos secos  
100 g Mascarpone  
2 C Miel  
2 Yemas de huevo (tamaño mediano)  
1 C Semillas de sésamo blancas  
4 Claras de huevo (tamaño mediano)  
50 g Azúcar

#### Además:

Mantequilla para el molde

- 4 Engrasar un molde refractario y poner las frutas en el mismo. Repartir por encima la masa de mascarpone y hornear durante 20–25 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo), hasta que la superficie esté ligeramente dorada. Espolvorear por encima las almendras tostadas y servir caliente.

### ►► Sugerencias y trucos

Como alternativa, podrá acompañar el “torrone” con una mezcla de bayas, p. ej., frambuesas, arándanos y moras. Para el gratinado podrá utilizar moldes individuales. En este caso, el tiempo de horneado será de 10–15 minutos.

# Soufflé de quark a la vainilla con arándanos y brioche

Para 1 molde refractario redondo (28 cm Ø) | Para la temporada de bayas 

1 Lavar los limones con agua muy caliente, secar con papel de cocina, rallar finamente la cáscara y exprimir el zumo. Batir 200 g de azúcar, las semillas de vainilla, la ralladura de limón y la mantequilla blanda en una fuente hasta que tenga una consistencia cremosa. Separar las yemas e incorporar a la crema junto con la harina y la levadura en polvo (polvo de hornear). Calentar el quark y la leche en un cazo, para que tengan temperatura ambiente, e incorporar igualmente a la crema de mantequilla. Agregar el zumo de limón. Agregar una pizca de sal a las claras y montar a punto de nieve firme, vertiendo lentamente el azúcar restante. Con ayuda de una espátula de goma o similar, incorporar cuidadosamente las claras montadas a la crema.

2 Lavar los arándanos y secar con papel de cocina. Engrasar el molde refractario y repartir los arándanos en la base. Verter por encima la crema y hornear durante 40–45 minutos a 160°C (función Clima, con 1 golpe de vapor automático, 2º nivel de bandeja desde abajo). Al final, dorar el soufflé durante 3–4 minutos a 240°C (grill grande, 2º nivel de bandeja desde abajo). Cerciórese de que el soufflé no se queme.

## Ingredientes:

2 limones  
250 g Azúcar  
Las semillas de 2 vainas de vainilla  
100 g Mantequilla blanda  
4 huevos (grandes)  
100 g Harina de trigo (tipo 45)  
1 c Levadura en polvo (polvo de hornear)  
250 g Quark (es un tipo de requesón enriquecido con nata. Lo encontrará en tarros en la sección de productos refrigerados de los buenos supermercados y grandes superficies)  
300 ml Leche  
Sal  
300 g Arándanos  
Mantequilla para el molde  
250 g Brioche o trenza (en rebanadas)

3 Retirar el soufflé del horno. Tostar por ambos lados las rebanadas de brioche sobre la parrilla del horno durante 3–4 minutos a 240°C (grill grande, 4º nivel de bandeja desde abajo).

4 Para servir, poner cada vez una rebanada de brioche en el plato y poner por encima 2 C generosas del soufflé. También podrá servir el soufflé y el brioche por separado, de modo que cada uno pueda servirse a sí mismo.

## ► Sugerencias y trucos

*Según temporada, en lugar de los arándanos podrá utilizar fresas, moras o grosellas y acompañar el soufflé con helado de vainilla o de yogur.*



# Hojas de strudel

## con melocotón y mousse de chocolate blanco

Para 4–6 personas | Crujiente y fundente...

- 1 Para la mousse de chocolate: Derretir la gelatina en agua fría. Picar finamente el chocolate fondant. Montar 220 g de nata líquida. Calentar la leche con la nata restante.
- 2 Poner las yemas y el azúcar en un recipiente de metal. Con ayuda de la batidora, incorporar la mezcla de leche y nata a las yemas y batir la masa al baño maría muy caliente hasta obtener una consistencia cremosa.
- 3 Exprimir la gelatina del agua donde estaba e incorporar, removiendo, junto con el licor, a la crema de huevo. Derretir en esta mezcla el chocolate, removiendo continuamente. Enfriar la crema batiéndola en un recipiente que pondremos dentro de otro que contenga agua muy fría, e incorporar la nata montada hasta que esté tibia. Verter la mousse en una fuente y poner a enfriar durante 1 hora en la nevera.
- 4 Para el melocotón: Lavar las hojas de albahaca, secarlas con papel de cocina y cortarlas en tiras. Blanquear los melocotones brevemente en agua hirviendo, refrescar, pelar, cortar en cuartos y deshuesar.
- 5 Derretir la mantequilla y agregar el azúcar cande, las semillas de vainilla y la albahaca.

### Ingredientes:

#### Para la mousse de chocolate:

- 2 Hojas de gelatina neutra
- 250 g Chocolate blanco
- 280 g Nata líquida
- 60 ml Leche
- 2 Yemas de huevo (tamaño mediano)
- 1 C Azúcar
- 2 C Licor de melocotón

#### Para los melocotones:

- 10 Hojas de albahaca
- 2–3 Melocotones maduros
- 2 C Mantequilla
- 2 C Azúcar cande
- Las semillas de 1 vaina de vainilla

#### Para las hojas de strudel:

- 1 Masa preparada de strudel (aprox. 160 g; en la sección de productos refrigerados)
- 40 g Mantequilla derretida
- 2 C Azúcar glas

6 Colocar los trozos de melocotón de forma compacta en un molde refractario y verter por encima la mantequilla aromatizada. Cocinar en el horno durante 15–20 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo), hasta que los melocotones estén blandos. Retirar del horno y apartar.

7 Para las hojas de strudel: Cortar con cortamasas o a mano la masa de strudel en trozos de 6 cm y pintarlos con mantequilla derretida. Tamizar el azúcar glas sobre los trozos de masa.

8 Poner los trozos de masa sobre una bandeja de repostería forrada de papel manteca y hornear durante 10–12 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo), hasta que se haya caramelizado el azúcar. Dejar enfriar las hojas crujientes.

9 Para la presentación, a modo de torre, disponer por plato 2 montoncitos de mousse, alternados con 2–3 trozos de melocotón, con las hojas crujientes intercaladas a modo de peineta. Distribuir alrededor el fondo de melocotón. Según gusto, decorar con hojas de albahaca y espirales de chocolate blanco para servir.



# Chocolate fondant con sorbete de Kombucha

Para 4–6 personas | Un placer frío que se deshace en la lengua

1 Para el sorbete: Ablandar la gelatina en agua fría. Llevar a ebullición el azúcar en 100 ml de agua y dejar enfriar algo. Exprimir la gelatina y derretirla en el jarabe de azúcar.

2 Hacer un puré con las bayas y la infusión de Kombucha. Pasar el puré por el chino, agregándolo a la gelatina. Mezclar todo bien y dejar congelar. Alternativamente, verter la masa en una fuente, colocarla en el congelador y remover cada 30 minutos con la batidora de varilla.

3 Para el chocolate fondant: Picar gruesamente el chocolate y derretirlo junto con la mantequilla, en un recipiente de metal al baño maría caliente. Dejar enfriar algo. Batir el huevo con las 3 yemas en una fuente. Ir incorporando el azúcar hasta obtener una consistencia cremosa y espumosa. Incorporar esta crema a la masa de chocolate. Montar las claras a punto de nieve firme e incorporar también cuidadosamente.

## Ingredientes:

### Para el sorbete:

- 2 Hojas de gelatina neutra
- 100 g Azúcar
- 100 g Mezcla de bayas (congeladas)
- 200 ml Infusión de Kombucha

### Para el chocolate fondant:

- 250 g Chocolate fondant amargo suave
- 250 g Mantequilla blanda
- 1 Huevo (tamaño mediano)
- 3 Yemas de huevo (tamaño mediano)
- 250 g Azúcar
- 4–5 Claras de huevo (tamaño mediano; aprox. 220 g)

### Además:

Mantequilla para el molde

4 Forrar un molde refractario (aprox. 32 x 24 cm) con papel manteca y engrasar las paredes. Verter unos 3 cm de masa. Hornear la masa durante 25–30 minutos a 160°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y dejar enfriar. El fondant podrá estar aún blando, puesto que se terminará cociendo fuera del horno.


5 Cortar el fondant con un cortamasas o con un cuchillo de sierra y servir con el sorbete. Según gusto, decorar con bayas y hojas de hierba buena frescas.

## ►► Sugerencias y trucos

*Los preparados dulces que se deshacen en la lengua suelen denominarse fondant. La Kombucha es un refresco dulce, elaborado con té fermentado por el hongo Kombucha.*

# Bolas horneadas

## con relleno de toffee, con crema de bayas

Para 4–6 personas | Especialidad austriaca a base de masa de levadura horneada 

1 Para el relleno de toffee: Engrasar un molde pequeño (aprox. 15 x 10 cm). Derretir la mantequilla en un cazo, agregar la leche condensada, el azúcar y el jarabe de remolacha, llevar a ebullición y, después, dejar cocer a fuego medio (125°C, medir con la sonda térmica) durante 6–8 minutos, o dejar cocer hasta que salgan burbujas de la masa y ésta esté espesa. Incorporar el cacao y el azúcar de vainilla. Verter 1 cm de la masa de toffee en el molde y dejar enfriar. Una vez endurecida, cortarla en trozos de 1 cm.

2 Para las bolas de masa: Poner la harina en una fuente y hacer un hueco en el centro. Desmenuzar la levadura y diluirla en la leche y una pizca de azúcar. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina desde los bordes e incorporar en la mezcla removiendo hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa durante 15 minutos en un lugar cálido y sin corrientes de aire.

3 Agregar los huevos y las yemas, 120 g de mantequilla y las semillas de vainilla. Amasar con las varillas hasta obtener una masa elástica y con una superficie brillante. Volver a dejar subir otros 30 minutos.

### Ingredientes:

#### Para el relleno de toffee:

Mantequilla para el molde  
1 C Mantequilla  
80 ml Leche condensada  
125 g Azúcar  
4 C Jarabe de remolacha  
2 C Cacao en polvo  
1 Sobre de azúcar de vainilla

#### Para las bolas (albóndigas de masa de levadura):

500 g Harina de trigo (tipo 45)  
200 ml Leche  
1 Dado de levadura fresca (42 g)  
Sal  
2 C Azúcar  
2 Huevos (tamaño mediano)  
2 Yemas de huevo (tamaño mediano)  
150 g Mantequilla blanda  
Las semillas de 1 vaina de vainilla  
Harina para la superficie de trabajo  
Mantequilla para el molde  
Azúcar glas para espolvorear

#### Para la crema de bayas:

300 g Mezcla de bayas  
80 g Azúcar  
2 C Mascarpone

4 Amasar brevemente y estirar con un rodillo sobre la encimera enharinada, hasta obtener un grosor de 1 cm aproximadamente. Con un cortamasas, cortar unos 20 trozos de masa (4 cm Ø) y poner por encima cada vez 1 trozo de toffee. Doblar la masa sobre relleno, cerrar y formar bolas.

5 Engrasar un molde refractario (aprox. 30 x 24 cm). Poner las bolas de masa juntas en el molde y espolvorear por encima con azúcar glas (con ello, las bolas formarán una costra bonita). Dejar subir durante 20 minutos.

6 Derretir la mantequilla restante y pintar con ella las bolas. Hornear durante 25–30 minutos a 180°C (Función Clima, con 1 golpe de vapor automático, 2º nivel de bandeja desde abajo).

7 Para la crema de bayas: Quitar las bayas de los racimos y lavar brevemente bajo el grifo. En un cazo, poner las bayas con el azúcar y el mascarpone, llevar a ebullición y verter la mezcla en una fuente fría. Espolvorear las bolas horneadas por encima con azúcar glas y servir con la crema de bayas.



# Crema catalana al jazmín con naranjas especiadas

Para 4–6 personas | El clásico catalán con un toque asiático

1 Pelar las naranjas cuidando de quitar también la piel blanca. Cortarlas en rodajas de  $\frac{1}{2}$  cm y disponerlas en la base de un molde refractario.

2 Pelar el jengibre y laminar. Quitar las hojas de la hierba limón, limpiar, lavar y aplastar en una sartén.

3 Poner la gelatina a remojo en agua fría. Llevar a ebullición el zumo de albaricoque con el vino blanco, 200 ml de agua y el azúcar. Agregar el jengibre, la hierba limón y las especias restantes, y dejar cocer a fuego lento durante 5 minutos. Dejar enfriar. Exprimir la gelatina y derretirla en el caldo. Verter la mezcla sobre las naranjas y dejar macerar unas horas.

4 Para la crema catalana: Llevar a ebullición la leche con el azúcar y las semillas de vainilla. Apagar e introducir los sobres de té de jazmín y dejarlos en infusión durante 5 minutos.

## Ingredientes:

### Para las naranjas

#### especiadas:

3–4 Naranjas (sin pepitas)  
30 g Jengibre  
2 Tallos de hierba limón  
2 Hojas de gelatina neutra  
400 ml Zumo de albaricoque  
150 ml Vino blanco  
150 g Azúcar  
2 Anís estrellado  
1 Astilla de canela  
Las semillas de 1 vaina de vainilla

### Para la crema catalana:

$\frac{1}{2}$  l Leche  
75 g Azúcar  
Las semillas de 1 vaina de vainilla  
3 Sobres de té de jazmín  
250 g Nata líquida  
2 Huevos (tamaño mediano)  
4 Yemas de huevo (tamaño mediano)  
4–6 C Azúcar cande moreno fino  
1 C Azúcar glas

5 Retirar los sobres de té y agregar la nata líquida. Mezclar los huevos y las yemas e incorporar a la leche de té. Verter la masa en platos refractarios hondos llenándolos 2–3 cm, o usar moldes individuales. Hornear la masa durante 50–60 minutos a 100°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo) hasta que se haya cuajado. Dejar enfriar la crema unos 40 minutos hasta que tenga temperatura ambiente.

6 Precalentar el grill (grande) durante 5 minutos a 240°C. Espolvorear por encima de cada porción 1 C de azúcar cande y caramelizar bajo el grill, 4º nivel de bandeja desde abajo.


7 Espolvorear azúcar glas por encima de la crema y servir con las naranjas aromatizadas.

## ►► Sugerencias y trucos

*Como alternativa podrá utilizar otras variedades de té o de especias. Es conveniente poner el azúcar cande unos instantes antes de caramelizarlo, de lo contrario se hundirá en la crema.*



# Bizcocho de chocolate con merengue de frambuesa

Para 1 molde refractario redondo (22 cm Ø) | Para los amantes de lo dulce 

- 1 Para el bizcocho: Picar gruesamente el chocolate fondant y derretirlo junto con la mantequilla y el café Espresso instantáneo en un recipiente de metal al baño maría muy caliente. Dejar enfriar algo la masa de chocolate.
- 2 Engrasar un molde refractario (22 cm Ø). Batir los huevos con el azúcar hasta que tengan una consistencia cremosa e incorporar a la masa de chocolate. Mezclar las almendras con el almidón y agregarlas a la masa. Verter la masa de chocolate en el molde y repartir por encima las nueces pecan.
- 3 Hornear la masa de chocolate durante 15–20 minutos a 150°C (Función Clima, con 1 golpe de vapor automático, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## Ingredientes:

### Para el bizcocho:

- 200 g Chocolate fondant amargo suave
- 100 g Mantequilla blanda
- 1 C Café Espresso (instantáneo)
- Mantequilla para el molde
- 3 Huevos (tamaño mediano)
- 80 g Azúcar
- 1 C Almidón
- 120 g Almendras molidas
- 150 g Nueces pecan

### Para el merengue:

- 80 g Azúcar
- 3 Claras de huevo (tamaño mediano)
- 200 g Frambuesas

- 4 Para el merengue: Hervir el azúcar en 40 ml de agua y dejar reducir hasta que salgan burbujas espesas. Retirar del fuego y dejar enfriar algo.
- 5 Montar las claras a punto de nieve firme. Agregar, removiendo, el almíbar y seguir batiendo las claras hasta obtener una consistencia cremosa y firme. Limpiar las frambuesas, lavarlas bajo el grifo y secar cuidadosamente con papel de cocina. Incorporarlas cuidadosamente al merengue. Repartir la masa sobre la base de chocolate.
- 6 Hornear durante 5–10 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo) hasta que esté dorado. Dejar enfriar y servir.

## ►► Sugerencias y trucos

Como alternativa podrá hacer bizcochitos en moldes individuales (c/u 10 cm Ø). Para una sabrosa variante exótica podrá sustituir las frambuesas y las nueces pecan por la misma cantidad de dados de mango y coco en laminillas.





# Pastel en capas con fresas

Para 6–8 personas | Postre popular del sur de Alemania

- 1 Picar en trozos grandes el chocolate y hervir con la leche, la leche condensada y las semillas de vainilla. Dejar enfriar un poco y mezclar, removiendo, con los huevos.
- 2 Pelar las manzanas, cortarlas en cuartos, quitar las pepitas y cortar en gajos más finos. Cortar la trenza (o el pan) en rebanadas finas. Engrasar un molde refractario.
- 3 Rellenar el molde por capas, alternando los gajos de manzana con las rebanadas de pan y remojar el pan cada vez con un poco de la mezcla de leche y huevo. Después de la última capa de manzanas, verter por encima la mezcla de leche restante y terminar con una capa de rebanadas de pan. Repartir la mantequilla en copitos sobre el pastel. Hornear durante 45–50 minutos a 180°C (Calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## Ingredientes:

- 100 g Chocolate blanco
- 1/2 l Leche
- 100 ml Leche condensada
- Las semillas de 1 vaina de vainilla
- 5 Huevos (tamaño mediano)
- 3 Manzanas (p. ej., Cox Orange)
- 1 Trenza o aprox. 10 panecillos de leche (400 g)
- Mantequilla para el molde
- 40 g Mantequilla fría
- 4 C Azúcar glas
- 500 g Fresas
- 1 c Licor de naranja (p. ej., Cointreau)

4 Espolvorear 3 C de azúcar glas por encima del pastel y caramenzar durante 3–5 minutos bajo el grill (grande) a 240°C (4º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno, dejar enfriar algo y cortar en trozos.

5 Lavar y limpiar las fresas y cortarlas, según tamaño, por la mitad o en cuartos. Mezclar con el azúcar glas restante y, según gusto, el licor de naranja y servir con el pastel.

## ►► Sugerencias y trucos

*Como un acompañamiento estupendo podrá servir helado de yogur: Para ello, mezclar removiendo 200 g de yogur natural con 100 g de confitura de albaricoque. Incorporar 200 g de nata montada y dejar enfriar en la heladora durante al menos 4 horas.*

# Soufflé de pan Pumpernickel con picotas al tomillo y miel

Para 4 personas | Haute Cuisine del norte de Westfalia 

1 Para las cerezas: Llevar a ebullición el vino tinto, el vino de Oporto, el zumo de grosella, la granadina y la miel, y dejar reducir a la mitad.

2 Para el soufflé: Engrasar 4 moldes individuales para soufflé, espolvorear con azúcar y poner a enfriar. Con la picadora, triturar finamente el pan Pumpernickel. Tostar las migas de pan junto con el azúcar glas en una sartén, removiendo continuamente durante unos 5 minutos y dejar enfriar después.

3 Picar finamente el chocolate fondant, calentar la leche y derretir el chocolate. Incorporar removiendo el requesón, las yemas y las migas de pan tostado. La masa debe de estar tibia. Montar las claras a punto de nieve, vertiendo el azúcar lentamente e incorporar cuidadosamente a la masa de pan.

## Ingredientes:

### Para las cerezas:

100 ml Vino tinto seco  
100 ml Vino de Oporto  
150 ml Zumo de grosella negra  
50 ml Granadina

2 C Miel

1/2 Manojito de tomillo limón  
300 g Picotas (deshuesadas)

Almidón para la ligazón

Para el soufflé:

Mantequilla y azúcar para los moldes

100 g Pan Pumpernickel

1 C Azúcar glas

70 g Chocolate fondant blanco para la cobertura

3 C Leche

100 g Requesón ("Quark"), con menos del 10% en grasa

3 Yemas de huevo (tamaño mediano)

4-5 Claras de huevo (tamaño mediano)

40 g Azúcar

4 Llenar los moldes en dos tercios con la masa. Hornear durante 18-20 minutos a 190°C (Función Clima, con 1 golpe de vapor automático, 2º nivel de bandeja desde abajo).

5 Lavar el tomillo, sacudir para secarlo y ponerlo junto con las picotas en el caldo de vino y dejarlo cocer a fuego lento durante 5 minutos. Retirar el tomillo y ligar el caldo con almidón desleído en agua fría.

6 Servir los soufflés en su molde enseguida, para que no se desinflen. Servir las picotas al tomillo en cuencos aparte.

## ► Sugerencias y trucos

*Podrá acompañarlo con delicias de chocolate: Derretir al baño maría 15 g de mantequilla, 150 g de praliné de nuez y 60 g de chocolate fondant amargo. Incorporar 60 g de copos de maíz triturados. Verter la masa sobre una bandeja de repostería forrada de papel manteca, dejar enfriar y cortar en trozos convenientes.*

# Plátano al horno en pasta brick, con salsa criolla

Para 4 personas | Aires del Caribe

- 1 Para los saquitos de masa:  
Exprimir la lima y mezclar el zumo con la miel y el chile en polvo. Pelar los plátanos, cortar en rodajas finas y mezclar con la marinada.
- 2 Disponer las placas de pasta brick sobre la encimera, pintar con la mitad de la mantequilla y repartir por encima las laminillas de coco. A mano o con la ayuda de un cortamasas, cortar trozos de la trenza en forma de círculo (8 cm Ø).
- 3 Disponer los círculos de pan en el centro de la masa y poner por encima el plátano. Pintar los bordes con clara de huevo y cerrar por la parte superior, como si fuera un saquito.

## Ingredientes:

### Para los saquitos de masa:

- 1 Lima
- 1 C Miel
- 1/2 c Chile en polvo
- 1–2 Plátanos (aprox. 240 g)
- 4 Placas de pasta brick (40 x 40 cm; masa de tipo strudel, en la sección de productos refrigerados)
- 100 g Mantequilla derretida
- 100 g Coco en laminillas
- 4 Rebanadas de trenza o pan para sandwich (1 cm)
- 1 Clara de huevo (tamaño mediano)

### Para la salsa:

- 200 ml Leche de coco
- Chile en polvo
- 100 g Chocolate fondant amargo suave
- 2 cl Ron

4 Colocar los saquitos de masa cuidadosamente sobre una bandeja de repostería, pintar con la mantequilla restante y hornear durante 15–18 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

5 Para la salsa: Calentar la leche de coco con 1 pizca de chile en polvo. Picar gruesamente el chocolate fondant y derretir en la leche de coco. Sazonar la salsa con ron, dejar enfriar algo y servir con los saquitos de plátano. Según gusto, decorar con tiras de chile frito.

## ►► Sugerencias y trucos

*Esta receta sale igualmente deliciosa con mango o piña. Encontrará la pasta brick en los grandes supermercados o en tiendas de productos griegos o turcos donde se conoce como masa Yufka o masa filo.*





# Crêpes gratinados

## con relleno de requesón y limas

Para 4–6 personas | Tortitas rellenas

- 1 Para la masa: Mezclar todos los ingredientes y una pizca de sal hasta obtener una masa de superficie lisa. Dejar reposar 30 minutos.
- 2 Para el caramelo: Caramelizar el azúcar en un cazo, verter después sobre una bandeja de repostería forrada de papel manteca y dejar enfriar. Picar gruesamente el caramelo o moler finamente en la picadora.
- 3 Para el relleno: Lavar las limas con agua muy caliente, secar con papel de cocina, rallar la cáscara y exprimir el zumo. Montar la nata a un punto muy firme. Mezclar los ingredientes restantes con la ralladura y el zumo de lima e incorporar esta mezcla a la nata.

### Ingredientes:

#### Para la masa:

120 g Harina de trigo (tipo 45)  
200 ml Leche  
200 g Nata líquida  
1 Sobre de azúcar de vainilla  
4 Huevos (tamaño mediano)  
2 C Azúcar  
60 g Mantequilla derretida  
Sal

#### Para el caramelo:

100 g Azúcar

Para el relleno:

3 Limas sin tratar  
150 g Nata líquida  
220 g Requesón (“Quark”),  
con menos del 10% en grasa  
70 g Azúcar  
1 C Azúcar de vainilla  
2 Yemas de huevo  
1–2 C Natillas en polvo  
2 C Mantequilla derretida  
1–2 C Ron

#### Además:

Mantequilla derretida para  
freír  
Mantequilla para el molde

4 En una sartén antiadherente, verter una cucharada de la masa y cocinar crêpes muy finos. Engrasar un molde refractario rectangular. Repartir el relleno sobre los crêpes (aún calientes), enrollarlos y colocarlos en el molde.

5 Hornear durante 30–35 minutos a 160°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Espolvorear los crêpes por encima con el caramelo que habíamos triturado (o troceado) y caramelizar a 240°C (grill grande, 4º nivel de bandeja desde abajo).

### ►► Sugerencias y trucos

*Podrá acompañar los crêpes con compota de albaricoques: Poner 300 g de albaricoques deshuesados y cortados en cuartos en un cazo, junto con 100 g de azúcar y las semillas de 1 vaina de vainilla. Dejar macerar unos 30 minutos. Después cocinar a fuego lento durante 5–6 minutos.*

# Tarta Tatin de piña con pesto de cacahuete

Para 6 moldes individuales (c/u 12 cm Ø) o 2 moldes grandes (c/u 24 cm Ø) | Aromas de clase extra

1 Para los moldes: Descongelar la masa de hojaldre. Pelar el jengibre y rallar finamente. Caramelizar el azúcar en un cazo y derretir la mantequilla en el mismo. Incorporar el jengibre con las semillas de vainilla, removiendo. Cubrir las paredes de los 6 moldes o de los moldes grandes con el caramelo.

2 Pelar la piña, cortar transversalmente por la mitad, quitar el tronco duro. Cortar la carne en trozos de 2 cm de grosor y repartirlos en los moldes.

3 Doblar las placas de hojaldre, y aplanar con un rodillo sobre la encimera enharinada hasta obtener un grosor fino. Cortar con un cortamasas o a mano círculos del tamaño de los moldes. Para los moldes grandes, poner las placas de masa dobladas una encima de otra, aplanar y cortar al tamaño correspondiente.

## Ingredientes:

### Para los moldes pequeños:

6 Placas de hojaldre  
(c/u aprox. 75 g; congeladas)  
30 g Jengibre  
120 g Azúcar

120 g Mantequilla  
Las semillas de 1 vaina de  
vainilla  
1 Piña

Harina para la superficie de  
trabajo

### Para el pesto de cacahuete:

1/2 Ramillete de albahaca  
40 g Chocolate blanco  
80 g Cacahuets tostados  
50 ml Aceite de pepita de uva

4 Poner los círculos de masa sobre los moldes, apretando ligeramente los bordes y hornear durante 20–25 minutos (los moldes grandes, 35–40 minutos) a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

5 Para el pesto de cacahuete: Lavar la albahaca, sacudir para secarla, y quitarle las hojas. Rallar el chocolate. En la batidora, hacer un puré con el chocolate, la albahaca, los cacahuets y el aceite de pepita de uva.

6 Sacar las tartas del horno y dejar enfriar algo. Desmoldarlas sobre los platos, rociar con el pesto y servir.

## ► Sugerencias y trucos

*Acompañe las tartas con helado de yogur. Para ello, pelar 1 plátano, cortar en rodajas y mezclar (en la batidora) 250 g de yogur natural con 250 g de nata líquida y 120 g de azúcar glas. Dejar enfriar en la heladora durante al menos 4 horas.*





# Repostería

Romero en un dulce de hojaldre con crema pastelera, jengibre en la tarta Sacher, arroz con leche en una tartaleta crujiente: Déjese sorprender por las innumerables variaciones creativas que entusiasmarán a los amantes de lo dulce. Los clásicos presentados en nuevas formas y sugerencias ingeniosas para todas las ocasiones: ¿Qué se apuesta que sus invitados le pedirán la receta?...



## Elaboración de la masa cocida



1 Llevar a ebullición agua, leche, mantequilla, azúcar y sal. Incorporar la harina de una vez, removiendo con una cuchara de madera, hasta que se haya formado una bola compacta.



2 Remover esta bola de masa hasta que se desprenda de la base del recipiente, y seguir removiéndola después durante al menos 1 minuto. De ahí su nombre de masa “cocida”.



3 Poner la bola de masa en una fuente. Con ayuda de las varillas, incorporar los huevos uno tras otro. Después, seguir las instrucciones de la receta.

## Elaboración de la masa de biscuit



1 Con la batidora de varilla, batir la yema y el azúcar hasta conseguir una consistencia cremosa. Agregar una pizca de sal a las claras y montarlas con las varillas a punto de nieve.



2 Tamizar la harina sobre la masa de yema e incorporarla cuidadosamente. Según receta, incorporar removiendo mantequilla derretida tibia.



3 Incorporar cuidadosamente primero una tercera parte de la clara a punto de nieve, después el resto. La masa de biscuit se utilizará enseguida según las instrucciones de la receta.

## Conocimientos básicos Tipos de masa

La masa cocida ofrece propiedades particulares debido a la manera especial con la que se elabora. La “cocción” de la masa provoca la modificación del almidón contenido en la harina, confiriendo a la masa una consistencia más compacta. Durante el horneado no se forman poros, de modo que los gases generados no podrán escapar con facilidad, por lo que se forman grandes huecos en la masa. Así se logra una repostería especialmente esponjosa, sin necesidad de utilizar agentes artificiales para hacer subir la masa.

También la masa de biscuit prescinde de agentes para hacerla subir. El aire atrapado en la clara a punto de nieve provoca que suba y triplique su volumen durante el horneado. De ahí que deba incorporarse la clara a punto de nieve con mucho cuidado y cocinar la masa enseguida en el horno precalentado. La masa batida es una preparación rápida y fácil que admite prácticamente infinitas variaciones. La consistencia deseada determina el orden en el que se incorporan los ingredientes. Para los bizcochos esponjosos se agregan primero las yemas y el azúcar, mientras que para los bizcochos de poro fino se mezclan primero la mantequilla y el azúcar y se incorporan la mantequilla y las yemas después.

## Elaboración de la pastaflora



**1** La masa se elabora con ingredientes fríos. Mezclar la harina, el azúcar, la ralladura de limón, la sal y el azúcar de vainilla. Cortar la mantequilla fría en dados.



**2** Poner la mezcla junto con los dados de mantequilla sobre la encimera, mezclar y trocear todo primero con una rasqueta o un cuchillo y después amasar a mano o con las varillas. Incorporar el huevo amasando.



**3** Envolver la masa en film transparente y dejar reposar durante al menos 30 minutos en la nevera. Puede congelar la masa o guardarla hasta una semana en la nevera.

## Elaboración de la masa de strudel



**1** Tamizar la harina sobre una fuente y hacer un hueco en el centro. Mezclar bien agua, yema, aceite y sal y verter esta mezcla en ese hueco.



**2** Amasar todo con las varillas hasta obtener una masa elástica. Trabajar la masa con un poco de aceite, envolver en film transparente y dejar reposar durante 1 hora.



**3** Con ayuda del rodillo, extender la masa, poner después sobre un paño de cocina enharinado y estirar la masa cuidadosamente con ayuda del dorso de las manos untadas de aceite. Cuando esté casi transparente, pintar con mantequilla derretida y utilizar según las instrucciones de la receta.

## Conocimientos básicos Tipos de masa

La pastaflora requiere ingredientes fríos. Estos se mezclan troceándolos bien y se amasan brevemente con las manos frías. Antes de su horneado necesita algún tiempo de reposo en la nevera. De ahí su nombre: seco y crujiente, pero a la vez suave que se deshace en la lengua. La masa adquiere un brillo especial si utiliza azúcar glas en lugar de azúcar común.

La masa de strudel es relativamente fácil de hacer. Lo importante es amasar bien para que adquiera la elasticidad suficiente y no se rompa. El arte consiste en estirar la masa hasta que esté prácticamente transparente. La preparación de la masa de hojaldre resulta algo laboriosa. La mantequilla entre las múltiples capas finas de la masa básica garantiza que mantenga su consistencia y no se peguen las hojas. En la página 180 encontrará una variante sencilla, y naturalmente podrá adquirir las placas de hojaldre como producto congelado.

# Corona

## con frutas del bosque

Para 1 molde de corona (22 cm Ø) | Un postre para repetir

1 Engrasar el molde y espolvorearlo con pan rallado y poner a enfriar. Separar yemas y claras para la masa batida. Batir las yemas, el yogur, el aceite, las semillas de vainilla, las ralladuras de limón y de naranja y la mitad del azúcar en una fuente, hasta obtener una consistencia cremosa. Tamizar la harina y la levadura en polvo por encima e incorporar removiendo.

2 Agregar una pizca de sal a las claras y montarlas a un punto de nieve medianamente firme, ir vertiendo el azúcar restante y seguir batiendo hasta obtener una consistencia cremosa. Incorporar las claras cuidadosamente por porciones a las yemas, agregar las bayas congeladas y remover brevemente.

3 Verter la masa enseguida en el molde y hornear durante 50–60 minutos a 160°C (calor de bóveda y solera, 2° nivel de bandeja desde abajo). Dejar enfriar algo la corona, desmoldar y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina.

### Ingredientes:

#### Para la masa batida:

4 huevos (grandes)

250 g Yogur

240 ml Aceite

Las semillas de 1 vaina de vainilla

Las ralladuras de cáscaras de limón y naranja (1 c de cada)

200 g Azúcar

230 g Harina de trigo (tipo 45)

1/2 Sobre de levadura en polvo (polvo de hornear)

Sal

400 g Frutas del bosque (congeladas)

#### Para la cobertura:

100 g Azúcar

80 g Almendras en astillas

200 g Chocolate fondant

blanco para la cobertura

50 g Mantequilla blanda

1 C Aceite

#### Además:

Mantequilla para el molde  
Galletas machacadas para el molde

4 Para la cobertura: Poner el azúcar con 50 ml de agua en un cazo y caramelizar hasta que esté dorado. Incorporar removiendo las almendras, Untar el caramelo sobre una bandeja de repostería forrada con papel manteca y dejar enfriar. Meter el crocante en una bolsa para congelar y extender con el rodillo.

5 Trocear o picar el chocolate fondant y derretir al baño maría caliente. Agregar la mantequilla y el aceite e incorporar al final el crocante, removiendo. Cubrir la corona con la cobertura de crocante y dejar que se endurezca.

### ►► Sugerencias y trucos

Utilice las frutas del bosque sin descongelarlas, puesto que así destiñen menos la masa. Servir la corona con nata montada o helado de vainilla.







# Bizcocho de zanahorias con sésamo crocante

Para 1 molde desmontable (28 cm Ø) | Dulces placeres

1 Engrasar el molde, espolvorear con pan rallado y poner a enfriar. Para la masa batida: Pelar las zanahorias, rallar finamente y apartar.

2 Separar yemas y claras. Batir las yemas con las semillas de vainilla, 100 g de azúcar y la ralladura de limón hasta obtener una consistencia semi-cremosa. Montar las claras a un punto de nieve medianamente firme, ir vertiendo el azúcar restante y seguir batiendo hasta obtener una consistencia cremosa.

3 Mezclar las almendras, la harina, el almidón y la levadura en polvo. Incorporar removiendo las zanahorias y la mezcla de almendras y harina en la masa de yemas. Ir incorporando cuidadosamente la clara a punto de nieve. Llenar el molde con esta masa y, con una espátula, repartir para que quede liso. Hornear durante 45–50 minutos a 180°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## Ingredientes:

### Para la masa batida:

- 300 g Zanahorias
- 5 Huevos (tamaño mediano)
- Las semillas de 1 vaina de vainilla
- 220 g Azúcar
- 100 g Mantequilla blanda
- 1 C Ralladura de cáscara de limón
- 300 g Almendras molidas
- 50 g Harina de trigo (tipo 45)
- 50 g Almidón
- 1 c Levadura en polvo (polvo de hornear)

### Además:

- Mantequilla para el molde
- Galletas machacadas para el molde
- 200 g Azúcar
- 100 g Semillas de sésamo blancas
- Aceite para la espátula
- 400 g Nata líquida
- 1 Sobre de polvo para nata montada
- 1 Sobre de azúcar de vainilla

4 Forrar una bandeja de repostería con papel manteca. Caramelizar el azúcar con 4 C de agua en un cazo, hasta que esté dorado. Incorporar las semillas de sésamo y, con ayuda de una espátula engrasada, repartir el caramelo en una capa fina sobre una bandeja de repostería. Dejar enfriar el crocante y romper en pedacitos.

5 Retirar el bizcocho del horno, dejar enfriar sobre una rejilla de cocina, y desmoldar. Montar la nata líquida mezclada con polvo para nata montada y el azúcar de vainilla y repartir montoncitos sobre el bizcocho. Espolvorear por encima los trocitos de sésamo crocante y servir.

## ►► Sugerencias y trucos

*Las semillas de sésamo tienen un alto contenido en grasa y son muy utilizadas para refinar la repostería. Particularmente si se tuestan desvelan su rico aroma. Las semillas de color claro tienen un sabor más suave que las oscuras.*

# Tarta crujiente con crema de asperilla olorosa

Para 1 molde desmontable (26 cm Ø) | Para el primer picnic

1 Engrasar el molde y forrar la base con papel manteca. Para la masa batida: Batir la mantequilla, la nata líquida y el azúcar glas en una fuente hasta conseguir una consistencia cremosa. Picar gruesamente las almendras e incorporar a la masa batida. Incorporar la harina. Verter la masa en el molde, formando una base de 1 cm de altura. Hornear durante 15–20 minutos a 190°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar la base horneada, dejar enfriar sobre la rejilla de cocina y pintar con una capa fina de mantequilla derretida.

2 Hervir el vino con 90 g de azúcar en un cazo. Agregar la asperilla y dejar reposar 5 minutos. Pasar esta mezcla por el chino y dejar enfriar. Para la crema: Poner la gelatina a remojo en agua fría.

3 Calentar 2 C del jugo de asperilla en un cazo y diluir 6 hojas de gelatina exprimida. Medir 400 ml del jugo de asperilla, agregar a la gelatina y verter todo en una fuente grande. Enfriar el jugo de asperilla.

4 Montar la nata líquida a un punto medianamente firme. Montar las claras con 1 pizca de sal a un punto de nieve medianamente firme, ir

## Ingredientes:

### Para la masa batida:

135 g Mantequilla blanda  
3 C Nata líquida  
135 g Azúcar glas  
150 g Almendras en laminillas  
75 g Harina de trigo (tipo 45)

### Para la crema:

600 ml Moscato d'Asti  
(vino semi-espumoso italiano)  
180 g Azúcar  
30 g Hojas secas de asperilla  
olorosa  
8 Hojas de gelatina blanca  
250 g Nata líquida  
3 Claras de huevo  
(tamaño mediano)  
Sal

### Además:

Mantequilla para el molde  
50 g Mantequilla derretida  
500 g Fresas

vertiendo el azúcar restante y seguir batiendo hasta obtener una consistencia cremosa.

5 Cuando el jugo de asperilla comience a gelatinizarse, ir incorporando una tras otra la nata y la clara a punto de nieve. Distribuir la crema de asperilla sobre la base de almendra, repartir con la espátula y poner a enfriar durante 1 hora.

6 Lavar las fresas, limpiar, cortar y repartir sobre el bizcocho. Exprimir 2 hojas de gelatina y disolverlas en 2 C del jarabe de asperilla. Agregar el jarabe de asperilla restante, verter todo en una fuente, colocarla dentro de otro recipiente que contenga agua muy fría y dejar enfriar el jarabe. Cuando comience a gelatinizarse, repartir sobre las fresas, dejar que endurezca y servir la tarta.

## ► Sugerencias y trucos

*Las hojas de asperilla olorosa se consiguen en las tiendas bien surtidas, en los mercadillos o en jardinerías. Si no las consiguiera podrá utilizar en su lugar 100 ml de jarabe de asperilla y 1/2 l de Moscato d'Asti.*

# Bizcocho de almendras con queso Ricotta con cobertura de chocolate amargo suave

Para 1 molde desmontable (24 cm Ø) | Sencillo, pero refinado

1 Engrasar el molde y forrar la base con papel manteca. Poner el molde a enfriar.

2 Dorar las almendras en una sartén sin grasa y dejar enfriar. Con la batidora de mano eléctrica, batir la mantequilla con 80 g de azúcar en una fuente, hasta conseguir una consistencia cremosa y clara. Separar yemas y claras e incorporar las yemas una tras otra, sin dejar de remover. Incorporar removiendo la harina, las almendras, la ralladura de naranja y el queso Ricotta.

3 Montar las claras con 1 pizca de sal a un punto de nieve medianamente firme, ir vertiendo el azúcar restante y seguir batiendo hasta obtener una consistencia cremosa. Incorporar a la masa la clara a punto de nieve por porciones, verter en el molde y repartir bien con ayuda de una espátula.

## Ingredientes:

Mantequilla para el molde  
 120 g Almendras molidas  
 120 g Mantequilla blanda  
 120 g Azúcar  
 4 huevos (grandes; temperatura ambiente)  
 50 g Harina de trigo (tipo 45)  
 1 C Ralladura de la cáscara de una naranja  
 125 g Queso Ricotta  
 Sal  
 80 g Chocolate amargo suave  
 100 g Confitura de albaricoque

4 Hornear durante 40–45 minutos a 180°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar el bizcocho del horno, dejar enfriar algo y desmoldar sobre una rejilla de cocina y dejar enfriar por completo.

5 Rallar finamente el chocolate. Calentar la confitura de albaricoque con 50 ml de agua y pintar el bizcocho. Dejar enfriar y espolvorear por encima el chocolate rallado.

## ►► Sugerencias y trucos

Utilice un palillo de madera para comprobar si el bizcocho está listo. Para ello se pincha con el palillo en la masa – el bizcocho estará listo cuando la masa ya no quede pegada.





# Clafutis de frambuesa con piñones

Para 4 moldes para tartaletas (c/u 12 cm Ø) | Dulces a la francesa

1 Engrasar los moldes, forrar la base con papel manteca y poner a enfriar. Moler finamente los piñones. Con la batidora de varillas o la batidora eléctrica (a máxima potencia), batir el azúcar, la mantequilla, los huevos, el amaretto y las natillas en polvo en una fuente durante 5 minutos hasta conseguir una consistencia espumosa. Incorporar las almendras y los piñones. Rellenar los moldes con esta masa.

2 Limpiar las frambuesas, lavarlas brevemente bajo el grifo y secar cuidadosamente con papel de cocina. Repartir las frambuesas sobre los moldes con la masa, dejando libre aproximadamente 1 cm hasta el borde del molde.

## Ingredientes:

Mantequilla para los moldes  
100 g Piñones  
125 g Azúcar lustre  
125 g Mantequilla blanda  
4 Huevos (tamaño mediano, temperatura ambiente)  
2 C Amaretto  
(licor italiano de almendra amarga)  
2 C Natillas en polvo  
100 g Almendras molidas  
300 g Frambuesas  
150 g Nata agria para cocinar  
1 Sobre de azúcar de vainilla

3 Hornear los clafutis durante 10–15 minutos a 200°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y dejar enfriar 5 minutos. Desmoldar los clafutis y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina.

4 Mezclar la nata agria con el azúcar de vainilla. Para servir, poner 1 C de nata sobre cada uno de los clafutis.

## ►► Sugerencias y trucos

*Los clafutis tienen su origen en la región de Lemosín en el centro de Francia. Son una mezcla de soufflé y tarta y la clásica receta francesa se hace con cerezas, aunque podrá utilizarse cualquier género de baya o fruta pequeña, como moras o ciruelas.*



# Tarta criolla

## con mango y nueces pecan

Para 1 molde desmontable (26 cm Ø) | Dulce del Caribe

1 Para la base de chocolate: Picar el praliné y el chocolate fondant. Cortar la mantequilla en dados. Derretir todo en un cazo al baño maría. Meter el pan de arroz en una bolsita para congelar y, con ayuda del rodillo, desmenuzar finamente e incorporar al chocolate derretido. Ajustar un aro para tarta a 26 cm Ø y ponerlo sobre papel manteca. Verter la masa de chocolate en el aro, repartir con una espátula y dejar que se endurezca en la nevera.

2 Para la masa biscuit: Montar las claras a un punto de nieve, ir vertiendo 50 g de azúcar y seguir batiendo hasta que se haya formado un merengue cremoso. Tamizar por encima el almidón e incorporarlo junto con las almendras, las nueces y el azúcar restante. Verter la masa en un molde desmontable forrado con papel manteca y repartir con ayuda de una espátula. Hornear durante unos 10 minutos a 200°C (calor de bóveda y solera, 3er nivel de bandeja desde abajo). Desmoldar el biscuit y dejar enfriar.

3 Para la crema: Hervir el azúcar en 50 ml de agua, hasta que aparezcan burbujas, pero sin que haya tomado color. Montar las claras a un punto de nieve, agregar el jarabe de azúcar

### Ingredientes:

#### Para la base de chocolate:

120 g Praliné de nuez  
100 g Chocolate fondant  
(de leche entera) para la  
cobertura  
50 g Mantequilla  
80 g Gofres (pan) de arroz

#### Para la masa biscuit:

3 Claras de huevo (tamaño  
mediano)  
200 g Azúcar  
1 C Almidón  
75 g Almendras molidas  
125 g Nueces pecan picadas  
Para la crema:  
125 g Azúcar  
2 Claras de huevo  
(tamaño mediano)  
4 Hojas de gelatina blanca  
80 g coco en laminillas  
200 ml Leche de coco  
3 cl Ron oscuro  
125 g Nata líquida

#### Además:

1 Mango  
80 g Laminillas de coco  
(de venta en centros  
herbodietéticos)  
Azúcar para tostar

y seguir batiendo hasta que se haya formado un merengue cremoso.

4 Poner la gelatina a remojo en agua fría. Tostar las laminillas de coco en una sartén sin grasa. Calentar junto con la leche de coco y el ron en un cazo. Exprimir la gelatina, disolverla en la leche de coco y poner a enfriar. Montar la nata. Cuando la masa se haya enfriado a temperatura ambiente, incorporar la clara a punto de nieve y la nata montada.

5 Pelar el mango, cortar la carne del hueso y después en gajitos. Quitar el aro de la base de chocolate y ponerlo alrededor del biscuit. Con la espátula, repartir 4 C de la crema de coco sobre el biscuit y poner por encima la base de chocolate. Distribuir por encima los gajitos de mango y, con ayuda de la espátula, repartir la crema de coco restante. Meter la tarta 1 hora en el congelador.

6 Con ayuda de un cuchillo puntia-gudo, separar el aro del borde de la tarta. Tostar las laminillas de coco en una sartén, dejar enfriar y repartir sobre la tarta. Según gusto, con un cuchillo vaciador o similar, sacar bolitas de carne de un mango y decorar con ellas la tarta.







# Biscuit de almendras con crema de saúco

Para 1 molde rectangular (20 x 30 cm) | Suaves aromas de ensueño

1 Extender la masa filo sobre la encimera enharinada al tamaño de 25 x 35 cm y poner encima de una bandeja de repostería forrada con papel manteca. Hornear durante 10–12 minutos a 160°C (Aire caliente, 2º nivel de bandeja desde abajo). Cortar la masa aún caliente al tamaño del molde y pintar con confitura de manzana.

2 Para la masa biscuit: Batir los huevos, el azúcar glas y las almendras hasta obtener una consistencia cremosa. Montar las claras con 1 pizca de sal a un punto de nieve, ir vertiendo el azúcar y batir hasta conseguir una consistencia cremosa. Incorporar la mantequilla, 2 C de las claras a punto de nieve y la harina, y después, las claras a punto de nieve restantes. Con una espátula, repartir la masa de biscuit sobre una bandeja de repostería forrada con papel manteca. Precalentar el horno a 180°C (calor de bóveda y solera). Hornear el biscuit durante 18–20 minutos (3er nivel de bandeja desde abajo). Levantar el biscuit con el papel manteca y dejar enfriar en la encimera.

## Ingredientes:

### Para las masas:

250 g Masa filo  
(en la sección de productos refrigerados)  
Harina para la superficie de trabajo  
2 C Confitura de manzana  
5 Huevos (tamaño mediano)  
185 g Azúcar glas  
185 g Almendras molidas  
5 Claras de huevo (tamaño mediano)  
Sal  
2 C Azúcar  
40 g Mantequilla muy blanda  
50 g Harina de trigo (tipo 45)

### Para la espuma:

7 Hojas de gelatina blanca  
200 ml Jarabe de flores de saúco  
325 g Yogur  
400 g Nata líquida  
**Además:**  
100 g Almendras en laminillas  
40 g Azúcar glas

3 Para la espuma: Poner la gelatina a remojo en agua fría. Calentar 2 C del jarabe de flores de saúco y disolver en él la gelatina. Verterla en una fuente, agregar el jarabe restante y el yogur, remover y poner a enfriar.

4 Cuando la crema de saúco empiece a gelatinizarse, montar la nata e incorporarla cuidadosamente.

5 Sacar la base de biscuit del papel y cortarla al tamaño del molde.

6 Poner la pastaflora en el molde. Poner por encima una base de biscuit y repartir la mitad de la crema de saúco. Poner por encima la otra mitad de biscuit y repartir la crema de saúco restante. Poner la tarta tapada a enfriar durante una hora.

7 Mojar las almendras con 2 C de agua, mezclar con el azúcar glas y repartir sobre una bandeja de repostería forrada con papel manteca. Caramelizar en el horno a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo), hasta que estén doradas. Dejar enfriar las almendras, picar gruesamente y espolvorear por encima de la tarta. Cortar la tarta en trozos y servir. Según gusto, guarnecer con flores de saúco.



# Biscuit a la genovesa con crème brûlée

Para 1 molde desmontable (26 cm Ø) | Un clásico de la Bella Italia

1 Engrasar el molde, enharinar y poner a enfriar. Para la masa biscuit: Con la batidora de mano, mezclar los huevos y el azúcar y batir al baño maría hasta obtener una consistencia cremosa. Retirar la fuente del baño maría y batir la masa durante 5 minutos a máxima potencia. Después, colocar la fuente dentro de un recipiente que contenga agua helada y seguir batiendo durante otros 5 minutos hasta que se haya enfriado la masa. Tamizar la harina por encima, incorporarla cuidadosamente y hacer lo mismo con la mantequilla derretida.

2 Precalentar el horno a 180°C (calor de bóveda y solera). Verter la masa de biscuit en el molde y repartir bien con ayuda de una espátula. Hornear el biscuit durante 50–60 minutos, colocando la bandeja en el 3er nivel del horno. Reducir la temperatura durante los últimos 20 minutos a 160°C. Retirar del horno, dejar enfriar algo, desmoldar y dejar enfriar por completo. Con un cuchillo, marcar un círculo dejando un borde de 2 cm y vaciar un hueco de 2 cm de profundidad.

3 Para la crema: Poner la gelatina a remojo en agua fría. Llevar a ebullición la leche con 40 g de azúcar y las semillas de vainilla. Mezclar las yemas con 40 g de azúcar y las natillas en polvo en una fuente. Ir

## Ingredientes:

### Para la masa biscuit:

- 6 Huevos (tamaño mediano)
- 190 g Azúcar
- 190 g Harina de trigo (tipo 45)
- 35 g Mantequilla derretida
- Para la crema:
- 2 Hojas de gelatina blanca
- 175 ml Leche
- 260 g Azúcar
- Las semillas de 1 vaina de vainilla
- 3 Yemas de huevo (tamaño mediano)
- 15 g Natillas en polvo
- 2 C Grand Marnier (licor de naranja francés)
- 3 Claras de huevo (tamaño mediano)

### Además:

Mantequilla y harina para el molde

vertiendo la leche hirviendo en la masa de yemas, removiendo continuamente y, después, verter todo nuevamente en el cazo. Dejar cocer esta mezcla durante 2 minutos a fuego lento. Apartar y dejar enfriar algo. Exprimir la gelatina, agregarla a la crema junto con el licor y disolverla. Tapar con film transparente y dejar enfriar la crema hasta que esté tibia.

4 Hervir 150 g de azúcar en 40 ml de agua, hasta que aparezcan burbujas, pero sin que el jarabe haya tomado color. Montar las claras a un punto de nieve, agregar el jarabe de azúcar y dejar enfriar, batiendo durante 5 minutos hasta que esté tibio.

5 Incorporar las claras montadas a la crema de vainilla, poner 5 C de la crema en la manga pastelera y poner ésta a enfriar. Poner el resto en el hueco de la masa biscuit y repartir con una espátula. Poner el biscuit tapado en el congelador durante 30 minutos.

6 Espolvorear por encima de la crema el azúcar restante y caramelizar ligeramente con ayuda del soplete. Decorar el borde del bizcocho con ayuda de la crema que habíamos reservado en la manga pastelera.

# Tarta de chocolate a la Sacher con jengibre confitado

Para 2 moldes desmontables (c/u 22 cm Ø) | Especialidad vienesa con un toque de jengibre

1 Engrasar los moldes con mantequilla, enharinar y poner a enfriar. Para la masa biscuit: Picar el chocolate fondant y derretir al baño maría. Batir la mantequilla con el azúcar de vainilla y el azúcar glas hasta obtener una consistencia espumosa. Separar las yemas de 7 huevos. Ir incorporando las yemas y el huevo restante a la crema poco a poco, uno cuando haya absorbido el anterior, removiendo continuamente, e incorporar después el chocolate. Montar las claras con 1 pizca de sal a un punto de nieve, ir vertiendo el azúcar y batir hasta obtener una consistencia cremosa.

2 Tamizar la harina y el almidón. Incorporar removiendo lentamente 2 C de las claras a punto de nieve a la crema de chocolate. Incorporar alternando porciones de harina y de clara montada. Repartir la masa en los moldes y hornear seguidamente durante 35–40 minutos a 160°C (calor de bóveda y solera, 3er nivel de bandeja desde abajo). Dejar enfriar algo los biscuits, desmoldar sobre papel manteca y dejar enfriar por completo.

3 Para el jugo de cocción: Lavar la lima con agua muy caliente, secar con papel de cocina, rallar la cáscara y exprimir el zumo. Pelar el jengibre y laminarlo. En un cazo, llevar a ebullición 100 ml de agua con el azúcar, el jengibre, las

## Ingredientes:

### Para la masa biscuit:

150 g Chocolate fondant amargo suave  
150 g Mantequilla blanda  
1 Sobre de azúcar de vainilla  
40 g Azúcar glas  
8 huevos (tamaño mediano)  
Sal · 120 g Azúcar  
100 g Harina de trigo (tipo 45)  
50 g Almidón

### Para el jugo de cocción:

1 Lima · 3 cm Jengibre  
60 g Azúcar · Las semillas de 1 vaina de vainilla  
1 Astilla de canela  
50 ml Zumo de naranja  
50 g Confitura de albaricoque

### Además:

Mantequilla y harina para los moldes  
200 g Confitura de albaricoque  
400 g Pasta de mazapán  
Azúcar glas para extender  
100 g Jengibre escarchado  
225 g Chocolate fondant amargo suave  
150 g Nata líquida · 45 ml Leche  
75 g Jarabe de glucosa (de la farmacia)  
45 g Mantequilla blanda

semillas de vainilla, la ralladura y el zumo de lima y la astilla de canela. Incorporar removiendo el zumo de naranja y la confitura, y dejar reposar durante 10 minutos. Pasar el jugo de cocción por el chino y dejar enfriar.

4 Cortar las bases de masa longitudinalmente por la mitad, desdoblarse y rociar ambas superficies de corte con el jugo de cocción. Calentar la confitura con 5 C de agua. Pintar las superficies de corte, volver a colocar la base desdoblada y pintar alrededor con la confitura restante. Ablandar la pasta de mazapán, amasándola, y aplanar con el rodillo poniendo la pasta entre dos capas de film transparente con algo de azúcar glas. Cubrir los biscuits con el mazapán, recortando el que sobresalga de los bordes.

5 Picar finamente el jengibre confitado y el chocolate. En un cazo, llevar a ebullición la nata líquida, la leche y el jarabe de glucosa. Apartar del fuego y derretir en esta mezcla la mantequilla. Remover todo hasta obtener una cobertura de consistencia cremosa. Colocar los biscuits sobre una rejilla de cocina y cubrir homogéneamente con la masa de chocolate. Espolvorear por encima algo del jengibre confitado y dejar enfriar en la nevera durante al menos 3 horas.



# Tarta de Latte macchiato con mazapán

Para 1 molde desmontable (26 cm Ø) | Un café solo en gran forma

1 Engrasar el molde, espolvorear con pan rallado y poner a enfriar. Para la masa biscuit: Separar las yemas de 2 huevos. Batir las yemas, el huevo restante y la miel hasta obtener una consistencia cremosa. Mezclar las claras, agregar 1 pizca de sal, y montar a un punto de nieve. Después, ir vertiendo el azúcar y batir hasta conseguir una consistencia cremosa.

2 Mezclar las nueces, la harina y el café Espresso instantáneo e incorporar a la crema de huevo. Ir incorporando cuidadosamente la clara a punto de nieve. Llenar el molde con esta masa y distribuir bien con una espátula. Hornear durante 35–40 minutos a 180°C (calor de bóveda y solera, 3er nivel de bandeja desde abajo). Dejar enfriar algo el bizcocho y desmoldar. Dejar enfriar por completo y cortar transversalmente por la mitad.

3 Para la crema: Poner la gelatina a remojo en agua fría. Llevar a ebullición la leche con el café Espresso instantáneo y dejar enfriar. Picar el chocolate fondant y derretir al baño maría. Batir el huevo, la yema y el Bailey's en una fuente al baño maría hasta obtener una consistencia cremosa. Exprimir la gelatina y disolverla en esta mezcla. Incorporar el chocolate y el café con leche y poner la crema a enfriar.

## Ingredientes:

### Para la masa biscuit:

3 Huevos (grandes)  
50 g Miel  
2 Claras de huevo (grandes)  
Sal  
60 g Azúcar  
100 g Avellanas molidas  
60 g Harina de trigo (tipo 45)  
1 C Café Espresso  
(instantáneo)

### Para la crema:

5 Hojas de gelatina blanca  
200 ml Leche  
2 C Café Espresso  
(instantáneo)  
150 g Chocolate fondant  
blanco para la cobertura  
1 Huevo (grande)  
1 Yema de huevo (grande)  
2 C Bailey's  
(licor cremoso irlandés)  
500 g Nata líquida  
3 Claras de huevo (grandes)  
50 g Azúcar

### Además:

Mantequilla y galletas  
machacadas para el molde  
200 g Pasta de mazapán  
1 C Cacao en polvo  
Azúcar glas para aplanar la  
masa

4 Montar la nata líquida a un punto. Montar las claras a punto de nieve, vertiendo lentamente el azúcar. Cuando la crema empiece a gelatinizarse, incorporar sucesivamente la nata montada y las claras montadas. Apartar 3 C de la crema. Poner una mitad del biscuit en un aro para tartas y repartir por encima la mitad de la crema. Hacer lo mismo con la otra mitad de biscuit y, con ayuda de la espátula, perfeccionar la última capa de crema para que quede lisa. Poner la tarta de latte macchiato a enfriar durante 1 hora.

5 Dividir el mazapán en dos porciones. Amasar una mitad con el cacao en polvo. Aplanar la otra mitad de mazapán hasta obtener un grosor de 1 cm. Hacer pedacitos el mazapán mezclado con el cacao, repartir sobre el mazapán aplanado y presionar ligeramente con las manos. Doblar la placa de mazapán por la mitad, espolvorear por encima con azúcar glas, meter entre dos láminas de film transparente y aplanar finamente hasta obtener una tira del perímetro de la tarta. Cortar una tira del grosor correspondiente a la altura de la tarta. Pintar el borde de la tarta con la crema que habíamos apartado, poner alrededor la tira de mazapán. Cubrir la tarta, con una capa de mazapán con cacao y decorar finalmente espolvoreando por encima cacao en polvo y unos granos de café.



# Tortitas de toffee a la vainilla con almendras tostadas

Para 8 moldes para tartaletas (c/u 10–12 cm Ø) | Un arreglo artístico

1 El día anterior, en una olla, poner las latas de leche condensada sobre un colador, sumergirlas en agua y dejar cocer a fuego lento durante 3–4 horas. Cerciórese de que haya siempre agua en la olla. Dejar enfriar por completo durante la noche.

2 Para la pastaflora: Cortar la mantequilla en dados pequeños. Mezclar la harina, el azúcar glas, la ralladura de limón, el azúcar de vainilla y  $\frac{1}{2}$  c de sal. Amasar la mezcla, con los dados de mantequilla, rápidamente con las varillas. Incorporar el huevo, amasando, y envolver la masa en film transparente. Dejar reposar en la nevera durante 30 minutos.

3 Engrasar los moldes. Con un rodillo, extender la masa sobre la encimera enharinada hasta obtener un grosor fino y, con un cortamasas, cortar 8 círculos de un tamaño 2 cm mayor que los moldes. Forrar los moldes con las masas y dejar que sobresalga 1 cm. Poner a enfriar tapado durante 15 minutos.

4 Tapar los moldes con papel manteca y poner encima leguminosas secas. Hornear durante 10–15 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2° nivel de bandeja desde abajo). Quitar las leguminosas y el papel. Dejar enfriar algo y desmoldar cuidadosamente.

## Ingredientes:

### Para el relleno de toffee:

2 Latas de leche condensada dulce (c/u 400 g)

### Para la pastaflora:

250 g Mantequilla fría  
500 g Harina de trigo (tipo 45)  
200 g Azúcar glas

1 C Ralladura de cáscara de limón sin tratar

2 Sobre de azúcar de vainilla  
Sal

1 Huevo (tamaño mediano)

### Para las almendras:

200 g Almendras peladas  
120 g Azúcar glas

Para la cobertura:

300 g Nata líquida  
40 g Azúcar

Las semillas de 1 vaina de vainilla

1 Mango

### Además:

Mantequilla para los moldes  
Harina para la superficie de trabajo

Leguminosas secas para la cocción ciega de la masa (p. ej., lentejas o habas)

5 Humedecer las almendras con unas gotas de agua, mezclar con el azúcar glas y ponerlas sobre una bandeja de repostería forrada con papel manteca. Caramelizar en el horno durante 10 minutos a 220°C (Aire caliente, 2° nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y dejar enfriar.

6 Montar la nata líquida con el azúcar y las semillas de vainilla. Abrir las latas de leche condensada y repartir el contenido sobre los moldes horneados. Pelar el mango, separar la carne del hueso y después en dados pequeños. Repartir los dados de mango sobre la crema de toffee y cubrir con nata montada. Espolvorear por encima las almendras tostadas y servir.

## ►► Sugerencias y trucos

*Como alternativa podrá utilizar nueces, cacahuetes o anacardos tostados y caramelizados.*







# Tarta de queso fresco al coco con mango

Para 1 molde para tarta (22 cm Ø) | Se deshace en la lengua

1 Para la pastaflora: Cortar la mantequilla en dados pequeños. Mezclar la harina, el azúcar glas, la ralladura de limón, el azúcar de vainilla y una pizca de sal. Amasar la mezcla, con los dados de mantequilla, rápidamente con las varillas. Incorporar el huevo, amasando, y envolver la masa en film transparente. Dejar reposar en la nevera durante 30 minutos.

2 Engrasar el molde. Con un rodillo, aplanar la masa sobre la encimera enharinada hasta obtener un grosor fino y forrar con esta masa el molde. Poner a enfriar en la nevera durante 20 minutos.

3 Para la masa de queso: Lavar la lima con agua muy caliente, secar con papel de cocina, rallar la cáscara y exprimir el zumo. Separar yemas y claras. En una fuente, mezclar las yemas con el queso fresco, la mitad del azúcar, la leche de coco, el zumo de lima, la harina y el almidón.

4 Montar las claras con 1 pizca de sal a un punto de nieve medianamente firme, ir vertiendo el azúcar restante y seguir batiendo hasta

## Ingredientes:

### Para la pastaflora:

120 g Mantequilla fría  
250 g Harina de trigo (tipo 45)  
100 g Azúcar glas  
1 C Ralladura de cáscara de limón  
1 Sobre de azúcar de vainilla  
Sal  
1 Huevo (tamaño mediano)

### Para la masa de queso

#### fresco:

1 Lima  
3 Huevos (tamaño mediano)  
150 g Queso fresco  
60 g Azúcar  
150 ml Leche de coco  
2 C Harina  
30 g Almidón  
Sal

#### Además:

Mantequilla para el molde  
Harina para la superficie de trabajo  
3 Hojas de gelatina blanca  
250 g Puré de mango (en conserva)  
Las semillas de 1 vaina de vainilla

obtener una consistencia cremosa. Incorporar las claras montadas por porciones a la masa de queso.

5 Repartir la masa de queso sobre la base de pastaflora y hornear durante 20–25 minutos a 180°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Reducir la temperatura a 140°C y finalizar la cocción después de otros 15 minutos. Retirar del horno y dejar enfriar.

6 Poner la gelatina a remojo en agua fría. Calentar el puré de mango y las semillas de vainilla en un cazo. Exprimir la gelatina y disolverla en esta mezcla. Poner el cazo dentro de otro recipiente que contenga agua muy fría y enfriar el puré removiendo continuamente. Distribuir el puré de mango sobre la tarta, antes de que comience a gelatinizarse.

## ►► Sugerencias y trucos

*El puré de mango es muy fácil de hacer: Según tamaño de las piezas, pelar 1–2 mangos, cortar la carne del hueso, pesar 250 g y hacerlo puré en la batidora. Endulzar según gusto.*

# Pastel de calabaza con nueces pecan y jengibre confitado

Para 1 molde desmontable (28 cm Ø) | Con aromas otoñales

1 Para la pastaflora: Cortar la mantequilla en dados pequeños. Mezclar la harina, el azúcar glas, la ralladura de limón, el azúcar de vainilla y  $\frac{1}{2}$  c de sal. Amasar la mezcla, con los dados de mantequilla, rápidamente con las varillas. Incorporar el huevo, amasando, y envolver la masa en film transparente. Dejar reposar en la nevera durante 30 minutos.

2 Engrasar el molde desmontable. Con un rodillo, extender la masa sobre la encimera enharinada hasta obtener un grosor fino y forrar con esta masa el molde, formando un borde. Poner a enfriar tapado durante 15 minutos.

3 Tapar los moldes con papel manteca y poner encima leguminosas secas. Hornear durante 10–15 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Quitar las leguminosas y el papel y apartar la masa horneada.

4 Pelar la calabaza y quitar las semillas. Cortar la calabaza y el jengibre en dados pequeños y sofreír en mantequilla a fuego lento. Una vez sofritos, pasar a la batidora y hacerlos puré, poner nuevamente en la olla y dejar guisar a fuego lento el tiempo necesario hasta que la masa tenga una consistencia parecida a una mermelada.

## Ingredientes:

### Para la pastaflora:

- 250 g Mantequilla fría
- 500 g Harina de trigo (tipo 45)
- 200 g Azúcar glas
- 1 C Ralladura de cáscara de limón
- 2 Sobres de azúcar de vainilla
- Sal
- 1 Huevo (tamaño mediano)

### Para la mermelada de calabaza:

- 300 g Calabaza
- 60 g Jengibre confitado
- 50 g Mantequilla

### Para la crema:

- 350 g Almendras molidas
- 300 g Mantequilla blanda
- 300 g Azúcar
- 3 huevos (tamaño mediano)

### Además:

- Mantequilla para el molde
- Harina para la superficie de trabajo
- Leguminosas secas para la cocción ciega de la masa (p. ej., lentejas o habas)
- 150 g Nueces
- 1 C Azúcar glas

5 Para la crema: Dorar las almendras en una sartén sin grasa, removiendo continuamente, y dejar enfriar. Batir la mantequilla con el azúcar hasta obtener una consistencia espumosa. Incorporar las almendras y los huevos sucesivamente en la crema de mantequilla y dejar reposar 15 minutos.

6 Pintar la base horneada con la mermelada de calabaza y repartir por encima la masa de almendras. Disponer por encima las nueces y hundirlas ligeramente en la masa. Hornear durante 40–50 minutos a 150°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y dejar enfriar durante al menos 30 minutos. Servir con azúcar glas espolvoreado por encima.

## ► Sugerencias y trucos

*Aunque encontrará diversas variedades de calabaza a lo largo de todo el año, una buena alternativa son los albaricoques. Sofría la misma cantidad de albaricoques deshuesados, hasta que se haya reducido el líquido casi por completo. Después, proseguir según la receta.*

# Tarta de maracuyá con arroz con leche y azúcar cande caramelizado

Para 1 molde para tarta (24 cm Ø) | Una combinación genuina de una receta conocida

1 Para la pastaflora: Cortar la mantequilla en dados pequeños. Mezclar la harina, el azúcar glas, la ralladura de limón, el azúcar de vainilla y una pizca de sal. Amasar la mezcla, con los dados de mantequilla, rápidamente con las varillas. Incorporar el huevo, amasando, y envolver la masa en film transparente. Dejar reposar en la nevera durante 30 minutos.

2 Con un rodillo, aplanar la masa sobre la encimera enharinada hasta obtener un grosor fino y forrar con ella el molde para tarta. Dejar reposar en la nevera durante 15 minutos.

3 Cubrir la masa con papel manteca y poner por encima leguminosas secas y hornear durante 15–20 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Quitar las leguminosas y el papel. Calentar la confitura, pintar con ella la base de masa y reservar.

4 Para la cobertura: Calentar la mantequilla en una olla y rehogar el arroz. Mezclar la pulpa de maracuyá con la leche de coco. Añadir al arroz un tercio de la mezcla de leche y dejar cocer removiendo continuamente.

## Para la pastaflora:

120 g Mantequilla fría  
250 g Harina de trigo (tipo 45)  
100 g Azúcar glas  
1 C Ralladura de cáscara de limón sin tratar  
1 Sobre de azúcar de vainilla  
Sal  
1 Huevo (tamaño mediano)

## Para la cobertura:

1 C Mantequilla  
150 g Arroz de grano redondo (p. ej., variedad arborio o carnaroli)  
200 g Pulpa de maracuyá o  
200 ml Zumo de maracuyá  
200 ml Leche de coco  
120 g Azúcar  
Las semillas de 1 vaina de vainilla  
200 g Queso fresco  
2 Huevos (tamaño mediano)  
2 C Azúcar cande fino

## Además:

Harina para la superficie de trabajo  
Leguminosas secas para la cocción ciega de la masa (p. ej., lentejas o habas)  
50 g Confitura de albaricoque

5 Agregar el azúcar y las semillas de vainilla. Ir incorporando el líquido restante, removiendo continuamente y dejar cocer el arroz durante unos 20 minutos. Apartar del fuego y dejar enfriar algo el arroz con leche.

6 Incorporar al arroz el queso fresco y los huevos. Poner la mezcla sobre la masa horneada y repartir bien con ayuda de una espátula. Hornear durante 20–25 minutos a 150°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).

7 Retirar la tarta del horno. Espolvorear por encima con azúcar cande y caramelizar con el soplete. Dejar enfriar algo y, con ayuda de un cuchillo panero, cortar cuidadosamente en trozos y servir.


## ►► Sugerencias y trucos

*El maracuyá o fruto de la pasión tiene un sabor agrídulce y un aroma intenso. A la hora de comprar, no dude de escoger piezas algo arrugadas. Estarán maduras y tendrán el punto perfecto para esta tarta.*





# Mini-Panettone con arándanos rojos

Para 8 moldes para soufflé o tazas (c/u 8 cm Ø) | Un dulce navideño de Italia 

1 Poner la harina en una fuente y hacer un hueco en el centro. Desmenuzar la levadura y disolverla con el azúcar en leche tibia. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclarla con la leche hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa durante 15 minutos en un lugar cálido y sin corrientes de aire.

2 Agregar los huevos, la mantequilla y 1 pizca de sal y mezclar con la harina restante. Amasar con las varillas hasta obtener una masa elástica y con una superficie brillante. Si la masa fuera demasiado blanda, incorporar más harina. Volver a dejar subir tapada otros 30 minutos.

3 Picar el chocolate, el praliné, las nueces y los arándanos, e incorporar todo a la masa sin dejar de amasar. Engrasar los moldes y forrarlos con tiras de papel manteca, dejándolas sobresalir del borde unos 3 cm.

## Ingredientes:

250 g Harina de trigo (tipo 55)  
 1/2 Dado de levadura fresca (21 g)  
 50 g Azúcar  
 80 ml Leche tibia  
 2 Huevos (tamaño mediano)  
 50 g Mantequilla blanda  
 Sal  
 60 g Chocolate amargo suave  
 60 g Praliné de nuez  
 50 g Nueces de Macadamia  
 50 g Arándanos rojos secos  
 Mantequilla para los moldes

4 Dividir la masa en 8 porciones en forma de bola. Disponer en cada molde una de las bolas de masa y dejar subir otros 15 minutos.

5 Hornear los mini-panettone durante 10–15 minutos a 180°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Sacar del horno, dejar enfriar un poco sobre una rejilla de cocina y desmoldar.

## ► Sugerencias y trucos

Los panettone admiten innumerables variaciones para refinarlos. Según gusto podrá utilizar pistachos picados, uvas pasas, cáscara de naranja confitada, cidra confitada o cerezas para guarnición. Para guardarlos, lo más conveniente es mantenerlos frescos en latas para galletas.



# Brioche de manzana con castañas

Para 2 moldes de pudding (c/u 11 x 25 cm) | Para alegrar los días grises de otoño 

1 Para la masa de levadura: Poner la harina en una fuente y hacer un hueco en el centro. Desmenuzar la levadura y disolverla con el azúcar en leche tibia. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina desde los bordes e incorporar en la mezcla removiendo hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa durante 15 minutos en un lugar cálido y sin corrientes de aire.

2 Agregar los huevos y las yemas,  $\frac{1}{2}$  c de sal, el amaretto y la mantequilla y mezclar con la harina restante. Amasar con las varillas hasta obtener una masa elástica y con una superficie brillante. Si la masa fuera demasiado blanda, incorporar más harina. Volver a dejar subir tapada otros 45 minutos.

3 Para el relleno: Lavar las manzanas y secarlas con papel de cocina. Cortarles la parte superior y sacar el corazón con una cucharilla o un descorazonador. Mezclar amasando el mazapán, las uvas pasas, las almendras, el azúcar de vainilla y el ron. Rellenar las manzanas con esta masa, pintarlas con mantequilla y ponerlas

## Ingredientes:

### Para la masa de levadura:

- 500 g Harina de trigo (tipo 45)
- 1 Dado de levadura fresca (42 g)
- 2 C Azúcar
- 160 ml Leche tibia
- 1 Huevo (tamaño mediano)
- 4 Yemas de huevo (tamaño mediano)
- Sal
- 2 C Amaretto (licor italiano de almendra amarga)
- 150 g Mantequilla blanda

### Para el relleno:

- 3 Manzanas (p. ej., Cox Orange o Boskoop)
- 60 g Pasta de mazapán
- 50 g Uvas pasas
- 50 g Almendras picadas
- 1 Sobre de azúcar de vainilla
- 2 C Ron oscuro
- 2 C Mantequilla derretida
- 200 g Castañas (peladas y cocidas)

### Además:

- Mantequilla para los moldes
- 1 Yema de huevo
- 50 ml Leche

en un molde refractario engrasado. Hornear durante 20–25 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo).


4 Retirar del horno y dejar enfriar. Sacar la pasta de mazapán y la carne de las manzanas y picar gruesamente junto con las castañas. Engrasar los moldes para pudding.

5 Volver a amasar la masa, dividir en 2 porciones aplanar con el rodillo formando rectángulos de 26 x 30 cm cada uno. Repartir el relleno sobre los tercios anteriores de los rectángulos. Enrollar la masa, poner los cilindros en los moldes y dejar subir durante 30 minutos.

6 Mezclar la yema con la leche y pintar los brioche con esta mezcla. Hornear durante 30–35 minutos a 160°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar los brioche del horno, dejar enfriar algo sobre una rejilla de cocina y desmoldar. Cuando estén aún tibios, cortar en rebanadas y servir al gusto con nata montada y azúcar glas espolvoreado por encima.

# Brioches

## con jarabe de hierba limón

Para 8 tazas o moldes de corona pequeños (c/u 6 cm Ø) | Un dulce del Lejano Oriente 

1 Para el jarabe: Quitar las hojas exteriores de la hierba limón, así como la mitad superior seca. Picar finamente la mitad inferior. Pelar el jengibre y picar gruesamente. Llevar a ebullición  $\frac{1}{2}$  l de agua con el azúcar y la hierba, y apartar.

2 Poner la harina y la ralladura de limón en una fuente y hacer un hueco en el centro. Desmenuzar la levadura y disolverla con el azúcar y la miel en leche tibia. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclarla con la leche hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa durante 15 minutos en un lugar cálido y sin corrientes de aire.

3 Agregar los huevos, la mantequilla y 1 pizca de sal y mezclar con la harina restante y amasar con las varillas. Si la masa fuera demasiado blanda, incorporar más harina. Volver a dejar subir tapada otros 30 minutos.

### Ingredientes:

#### Para el jarabe:

4 Tallos de hierba limón  
20 g Jengibre  
150 g Azúcar

#### Para la masa de levadura:

250 g Harina de trigo (tipo 45)  
1 C Ralladura de cáscara de limón  
 $\frac{1}{2}$  Dado de levadura fresca (21 g)  
1 c Miel  
1 Sobre de azúcar de vainilla  
50 ml Leche tibia  
4 Huevos (tamaño mediano)  
50 g Mantequilla blanda  
Sal

#### Además:

Mantequilla para los moldes

4 Engrasar las tazas. Volver a trabajar brevemente la masa. Dividirla en 8 porciones formando bolas y poner cada una en una taza. Dejar subir las bolas otros 30 minutos.


5 Hornear durante 15–20 minutos a 180°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno, dejar enfriar algo sobre una rejilla de cocina, desmoldar y colocar los brioques en un molde para soufflé. Pasar el jarabe de hierba limón por el chino y mojar los brioques en el mismo.

### ► Sugerencias y trucos

*La hierba limón y el jengibre son portadores de aromas que combinan idealmente con frutas exóticas. Podrá servir los bizcochitos, por ejemplo, con mangos cortados en trozos pequeños o con lichis.*



# Pastel de hojaldre con crema pastelera al romero con limón escarchado

Para 1 molde desmontable (28 cm Ø) | Un postre extraordinario 

1 Para la masa de levadura: Poner la harina en una fuente y hacer un hueco en el centro. Desmenuzar la levadura y disolverla con ambos tipos de azúcar en leche tibia. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger harina desde los bordes e incorporar en la mezcla removiendo hasta obtener una masa de consistencia espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa durante 15 minutos en un lugar cálido.

2 Agregar el huevo, la ralladura de limón, la mantequilla y una pizca de sal, y mezclar con la harina restante. Amasar con las varillas hasta obtener una masa elástica y con una superficie brillante. Dejar reposar tapado en la nevera durante 45 minutos.

3 Para la costra: En un cazo, derretir la mantequilla con el azúcar. Incorporar removiendo la miel, la nata líquida, las almendras y el romero, dejar cocer a fuego lento y después, dejar enfriar la masa.

4 Engrasar el molde y forrar la base con papel manteca. Extender la masa de levadura con el rodillo y forrar el molde con la misma. Pinchar la masa varias veces con un tenedor. Repartir por encima la masa de almendras y dejar subir durante 30 minutos.

## Ingredientes:

### Para la masa de levadura:

250 g Harina de trigo (tipo 45)  
 1/2 Dado de levadura fresca (21 g)  
 1 C Azúcar  
 1 Sobre de azúcar de vainilla  
 80 ml Leche tibia  
 1 Huevo (tamaño mediano)  
 1 C Ralladura de limón  
 50 g Mantequilla blanda  
 Sal

### Para la costra:

75 g Mantequilla  
 50 g Azúcar  
 1 1/2 C Miel  
 75 g Nata líquida  
 100 g Almendras en laminillas  
 1 c Romero picado

### Para la crema:

3 Hojas de gelatina blanca  
 100 g Cáscara de limón escarchada  
 250 g Nata líquida  
 1/4 l Leche · 60 g Azúcar  
 Las semillas de 1 vaina de vainilla  
 1 C Natillas en polvo  
 3 Yemas de huevo

### Además:

Mantequilla para el molde


5 Hornear durante 30–35 minutos a 180°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Si las almendras se dorasen demasiado rápido, reducir la temperatura del horno a 160°C. Retirar el bizcocho del horno, desmoldar y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina.

6 Para la crema: Poner la gelatina a remojo en agua fría. Picar finamente la cáscara de limón escarchada. Montar la nata líquida a un punto muy firme. Calentar 200 ml de leche con el azúcar y las semillas de vainilla. Desleír las natillas en polvo con la leche restante y mezclar con las yemas hasta que no queden grumos y verter esta mezcla en la leche caliente. Llevar brevemente a ebullición, apartar del fuego, dejar enfriar algo y disolver en esta masa la gelatina exprimida. Agregar la cáscara de limón. Enfriar la crema batiéndola continuamente. Cuando comience a gelatinizarse, incorporar cuidadosamente la nata montada.

7 Cortar el pastel transversalmente por la mitad y, con un cuchillo panero, dividir la parte superior en 16 trozos. Repartir la crema con ayuda de una espátula sobre la base inferior y volver a colocar los trozos. Dejar reposar el pastel durante 1 hora.



# Triángulos de hojaldre con ruibarbo y frangipan

Para 10 unidades | Una tentación agridulce 

1 Para la tarta frangipan: Batir la mantequilla con el azúcar hasta obtener una consistencia espumosa. Incorporar las almendras y la harina y sucesivamente los huevos, removiendo continuamente.

2 Para la mermelada: Pelar el ruibarbo y cortar en trozos de 1 cm aproximadamente. Llevar a ebullición el vino con el azúcar, agregar las semillas de vainilla, el jarabe y el ruibarbo y dejar cocer la mezcla destapada a fuego lento durante 30 minutos, hasta que haya tomado una consistencia parecida a la mermelada. Dejar enfriar.

3 Lavar las hojas de albahaca, secar con papel de cocina y cortar en tiras finas. Incorporar las tiras en la mermelada una vez fría.

4 Descongelar la masa de hojaldre. Extenderla sobre la encimera enharinada con la ayuda de un rodillo, formando un rectángulo de aproximadamente 55 x 30 cm y un grosor de 1/2 cm. Cortar el rectángulo una vez longitudinalmente por el centro y después cuatro veces en horizontal, de modo que obtendremos 10 rectángulos pequeños del tamaño de 11 x 15 cm. Repartir el frangipan sobre la mitad anterior de los rectángulos, dejando un borde de 1 cm. Rociar con 2–3 c de la mermelada de ruibarbo.

## Ingredientes:

### Para la tarta Frangipan

#### (masa de almendra):

125 g Mantequilla  
125 g Azúcar glas  
125 g Almendras molidas  
50 g Harina de trigo (tipo 45)  
2 huevos (grandes)  
4 cl licor de melocotón

#### Para la mermelada:

600 g Ruibarbo  
200 ml Vino blanco (dulce)  
150 g Azúcar  
Las semillas de 1 vaina de vainilla  
3 C Granadina  
10 Hojas de albahaca

#### Además:

750 g Masa de hojaldre (congelada)  
Harina para la superficie de trabajo  
2 Yemas de huevo  
4 C Leche  
50 g Azúcar glas

5 Mezclar las yemas con la leche y pintar con esta mezcla los bordes de las masas. Doblar la otra mitad de los rectángulos en diagonal por encima del relleno y cerrar bien los bordes. Forrar una bandeja de repostería con papel manteca y poner por encima los triángulos de hojaldre.

6 Hornear durante 15–17 minutos a 180°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Precalentar el grill (grande) a 240°C. Espolvorear los hojaldres generosamente por encima con azúcar glas y caramelizar bajo el grill durante 3–4 minutos. Retirar los hojaldres y dejarlos enfriar sobre una rejilla de cocina. Antes de servir, volver a espolvorear por encima con algo de azúcar glas.

## ►► Sugerencias y trucos


*Los hojaldres podrán rellenarse alternativamente con frutos o mermelada. A la hora de comprar la mermelada, cerciórese de que tenga un bajo contenido en azúcar, puesto que la masa de frangipan de por sí es muy dulce.*







# Tartitas de pera caramelizada con yogur griego

Para 12 unidades | Una deliciosa combinación 

1 Para la masa de hojaldre: Cortar la mantequilla en dados. Tamizar la harina sobre una fuente grande, y agregar los dados de mantequilla y 1 c de sal. Amasar la mezcla entre las manos, haciéndola migas. Incorporar 230 ml de agua muy fría y amasar las migas. La masa de hojaldre está lista, si presenta una superficie lisa, pero se ven aún copitos de mantequilla.

2 Extender la masa con el rodillo sobre la encimera enharinada, formando un rectángulo de 20 x 40 cm. Doblar una vez por la mitad y doblar ese rectángulo más pequeño otra vez por la mitad, de modo que obtendremos tres capas. Girar la masa 90°, volver a extender con el rodillo y doblar nuevamente. Envolver la placa de hojaldre en film transparente y dejar enfriar durante 15 minutos en el congelador. Volver a extender la masa como antes, y poner a enfriar hasta usarla.

3 Pelar las peras, cortar por la mitad, quitar el corazón. Llevar a ebullición 800 ml de agua con el azúcar, el azúcar de vainilla, el vino blanco, la cáscara de naranja y la canela. Agregar las peras, dejar cocer a fuego lento durante 4 minutos y dejar reposar 30 minutos.

## Ingredientes:

### Para la masa de hojaldre:

500 g Mantequilla  
500 g Harina de trigo (tipo 45)  
Sal

### Para las peras:

6 Peras maduras  
(p. ej., Williams)  
150 g Azúcar  
2 Sobres de azúcar de vainilla  
200 ml Vino blanco (dulce)  
La cáscara de 1/2 naranja  
1 Astilla de canela

### Para el yogur:

200 g Nueces mezcladas  
60 g Azúcar glas  
300 g Yogur griego  
(10% grasa)

### Además:

Harina para la superficie de trabajo  
1 Yema de huevo  
(tamaño mediano)  
2 C Leche  
80 g Azúcar glas


4 En una fuente, rociar las nueces con 2 C de agua y mezclar bien con el azúcar glas. Repartir las nueces sobre una bandeja de repostería forrada con papel manteca y caramelizarlas durante 10 minutos a 180°C (Aire caliente plus, 2° nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y dejar enfriar.

5 Picar gruesamente las nueces y mezclar una mitad con el yogur. Dejar escurrir las peras y repartir las nueces entre los huecos de las frutas.

6 Extender la masa de hojaldre y colocar las peras con la cara de corte hacia abajo sobre la masa, dejando algo de espacio entre unas y otras. Cortar la masa alrededor de las peras, dejando un margen de 1 1/2 cm, de modo que obtendremos 12 tartitas. Mezclar la yema con leche y pintar con esta mezcla los bordes. Poner las tartitas de pera sobre una bandeja de repostería forrada con papel manteca.

7 Hornear durante 15–20 minutos a 180°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2° nivel de bandeja desde abajo). Precalentar el grill (grande) a 240°C. Espolvorear generosamente por encima con azúcar glas y caramelizarlas durante 3–4 minutos bajo el grill. Dejar enfriar y servir con el yogur griego.

# Baklava con higos al vino tinto y adormidera

Para 1 molde rectangular (30 x 25 cm) | Una tentación oriental 

1 Para los higos: En un cazo, hacer un jarabe mezclando ambos vinos, el azúcar, las semillas de vainilla y una pizca de sal. Lavar los higos, cortar en octavos y dejar cocer a fuego lento en el jarabe durante 5–8 minutos, hasta que tengan una consistencia muy blanda y casi se deshagan.

2 Para el relleno: En una fuente, mezclar las semillas de adormidera trituradas con el queso fresco, removiendo hasta obtener una consistencia homogénea.

3 Descongelar la masa de hojaldre. Engrasar el molde. Colocar longitudinalmente cada vez dos placas de hojaldre solapadas sobre la encimera enharinada y extender hasta obtener tres placas del tamaño del molde. Forrar el molde con una placa y poner por encima la mezcla de queso. Colocar por encima la otra placa y distribuir sobre ella los higos. Cubrir todo con la tercera

## Ingredientes:

### Para los higos:

200 ml Vino tinto seco  
150 ml Vino de Oporto  
50 g Azúcar

Las semillas de 1 vaina de vainilla

Canela en polvo  
8 Higos maduros

### Para el relleno con semillas de adormidera:

200 g Queso fresco  
80 g Semillas de adormidera trituradas (mezcla preparada)

### Además:

6 Placas de hojaldre (c/u aprox. 75 g; congelado)  
Mantequilla para el molde  
2–3 C Mantequilla derretida  
50 ml Zumo de naranja  
1 Astilla de canela  
100 g Miel  
50 g Pistachos molidos

placa y pintarla con mantequilla. Cortar algunos rectángulos de 1 cm de profundidad en la superficie y poner la baklava a enfriar en la nevera durante 20 minutos.


4 Hornear durante 20–25 minutos a 180°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar la baklava del horno y dejar enfriar un poco.

5 Verter 100 ml de agua, el zumo de naranja, la canela y la miel en un cazo y llevar a ebullición. Apartar del fuego, dejar reposar algo y retirar la canela. Empapar la baklava con este jarabe y espolvorear por encima con pistachos. Cortar en trozos antes de servir.

## ► Sugerencias y trucos

*La baklava es un postre oriental muy dulce. La versión clásica turca se hace con finísimas capas de masa yufka (como se conoce la masa filo en Turquía) y se rellena con nueces, almendras y pistachos.*

# Tarta de hojaldre con melocotón y albaricoque cocidos

Para 1 tarta (26 cm Ø) | Airosa y ligera 

1 Para la fruta cocida: Lavar los melocotones y los albaricoques, deshuesar y cortar en gajos. En una fuente, mezclar los trozos de fruta con azúcar, semillas de vainilla, canela y anís y dejar macerar unos 30 minutos.

2 Cocer la mezcla en un cazo a fuego lento, hasta que la fruta esté blanda. Desleír el almidón con 1 C de agua fría y ligar el jugo. Retirar la canela y el anís, y dejar enfriar.

3 Para la crema: Calentar la nata líquida con el azúcar de vainilla. Picar finamente el chocolate y mezclar bien con la nata. Verter la crema de chocolate en una fuente y dejar enfriar.

4 Descongelar la masa de hojaldre. Extender sobre la encimera enharinada y cortar 2 círculos (c/u 26 cm Ø). Poner los círculos de masa sobre un trozo de papel manteca. Mezclar la yema con la leche y pintar la masa con esta mezcla. Picar gruesamente las nueces de Macadamia y espolvorear por encima.

## Ingredientes:

### Para la carne de fruta cocida:

2 Melocotones

4 Albaricoques

80 g Azúcar

Las semillas de 1 vaina de vainilla

1 Astilla de canela

1 Anís estrellado

1 C Maicena

### Para la crema:

220 g Nata líquida

1 Sobre de azúcar de vainilla

400 g Chocolate blanco

### Además:

500 g Masa de hojaldre (congelado)

Harina para la superficie de trabajo

1 Yema de huevo (tamaño mediano)

2 C Leche

125 g Nueces de Macadamia saladas

50 g Azúcar glas

5 Poner las masas sobre una bandeja de repostería y hornear sucesivamente durante 20 minutos a 180°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Precalear el grill (grande) a 240°C. Espolvorear generosamente por encima con azúcar glas y dejar caramelizar bajo el grill durante 3–4 minutos. Retirar del horno y dejar enfriar.

6 Con la batidora de mano, batir la crema de chocolate durante 5–7 minutos hasta obtener una consistencia esponjosa.

7 Disponer una de las placas de hojaldre caramelizado sobre la bandeja de servir y distribuir por encima la crema de chocolate, y sobre ésta la mezcla de frutas. Poner por encima la otra placa y cortar la tarta en 12 trozos, o dejar ambos círculos enteros. Antes de servir, poner la tarta a enfriar durante 30 minutos.





# Strudel de manzana con galletas de mantequilla y almendras

Para 2 Strudel | Un clásico de Austria

1 Tamizar la harina sobre una fuente. Mezclar removiendo la yema, 3 C de aceite, 1 pizca de sal y 150 ml de agua tibia. Agregar esta mezcla a la harina y amasar con las varillas hasta obtener una masa elástica. Dividir la masa en dos porciones, formando bolas. Frotar cada bola con 1 C de aceite, envolverlas en film transparente y dejar reposar 1 hora.

2 Para el relleno: Macerar las uvas pasas en ron. Pelar las manzanas, cortar en cuartos, quitar el corazón y cortar en gajitos. En una fuente, mezclar las manzanas con las uvas pasas al ron, la canela, 50 g de azúcar y el zumo de limón. Introducir las galletas de mantequilla en una bolsita, desmenuzarlas e incorporarlas junto con la nata agria en la mezcla de manzanas.

3 Caramelizar el azúcar restante en una sartén hasta que esté ligeramente dorado. Incorporar las almendras en laminillas y, enseguida, repartir esta mezcla sobre una bandeja de repostería forrada con papel manteca. Dejar enfriar el crocante y picar finamente.

## Ingredientes:

### Para la masa de strudel:

300 g Harina de trigo (tipo 45)  
1 Yema de huevo  
(tamaño mediano)  
5 C Aceite  
Sal

### Para el relleno:

50 g Uvas pasas  
3 cl Ron oscuro  
1,2 kg Manzanas  
(variedad agria)  
(p. ej., Cox Orange, Braeburn o  
Boskoop)  
1 c Canela en polvo  
120 g Azúcar  
El zumo de 1 limón  
120 g Galletas de mantequilla  
200 g Nata agria para cocinar  
100 g Almendras en laminillas

### Además:

Harina y aceite para amasar  
60 g Mantequilla derretida  
Mantequilla para la bandeja de  
horno  
60 g Azúcar glas

4 Extender una bola de masa sobre la encimera enharinada hasta obtener un cuadrado de 40 x 40 cm. Colocar el cuadrado de masa sobre un paño de cocina enharinado y, con las manos untadas de aceite, estirar la masa sobre el dorso de la mano hasta obtener un rectángulo finísimo.

5 Pintar la masa estirada enseguida con mantequilla derretida y espolvorear por encima con la mitad del crocante. Disponer la mitad del relleno de manzana sobre 10–15 cm del tercio anterior de la masa. Con ayuda del paño, enrollar el strudel hacia arriba. Preparar el otro strudel del mismo modo.

6 Engrasar una bandeja de repostería. Poner los strudel juntos y con la unión hacia abajo sobre la bandeja y doblar los extremos hacia abajo. Pintar los strudel con la mantequilla restante.

7 Hornearlos durante 30–35 minutos a 190°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y dejar enfriar un poco. Espolvorear generosamente por encima con azúcar glas, cortar en trozos convenientes y servir. Como acompañamiento podrá servirlos con una bola de helado de vainilla o nata montada.



# Strudel de quark con ruibarbo

*Para 2 strudel | Los contrarios se atraen*

1 Tamizar la harina sobre una fuente. Mezclar removiendo la yema, 3 C de aceite, 1 pizca de sal y 150 ml de agua tibia. Agregar esta mezcla a la harina y amasar con las varillas hasta obtener una masa elástica. Dividir la masa en dos porciones, formando bolas. Frotar cada bola con 1 C de aceite, envolverlas en film transparente y dejar reposar 1 hora.

2 Para el relleno: Pelar el ruibarbo y cortar en trozos. Mezclar con 100 g de azúcar y dejar macerar unos minutos. Tostar las almendras en una sartén sin grasa.

3 Batir la mantequilla, las semillas de vainilla, la ralladura de limón y el azúcar glas hasta obtener una consistencia espumosa. Incorporar el requesón y el huevo. Montar 120 g de nata líquida a un punto muy firme e incorporar junto con el jarabe de saúco a la crema de requesón.

4 Extender una bola de masa sobre la encimera enharinada hasta obtener un cuadrado de 40 x 40 cm. Colocarlo sobre un paño de cocina enharinado y, con las manos untadas de aceite, estirar la masa sobre el

## **Ingredientes:**

### **Para la masa de strudel:**

300 g Harina de trigo (tipo 45)  
1 Yema de huevo  
(tamaño mediano)  
5 C Aceite  
Sal

### **Para el relleno:**

400 g ruibarbo  
140 g Azúcar  
60 g Almendras molidas  
60 g Mantequilla blanda  
Las semillas de 1 vaina de  
vainilla  
1 C Ralladura de cáscara de  
limón  
60 g Azúcar glas  
2 huevos (grandes;  
temperatura ambiente)  
500 g Requesón ("Quark"),  
con menos del 10% en grasa  
320 g Nata líquida  
100 ml Jarabe de flores de  
saúco

### **Además:**

Harina y aceite para amasar  
60 g Mantequilla derretida  
Mantequilla para la bandeja de  
horno

dorso de la mano hasta obtener un rectángulo finísimo. Pintar la masa estirada ligeramente con mantequilla derretida y espolvorear por encima con las almendras tostadas.

5 Disponer la mitad de la crema de queso sobre 10–15 cm del tercio anterior de la masa. Ecurrir el ruibarbo sobre una fuente. Repartir la mitad del ruibarbo sobre la masa de queso y enrollar el strudel con ayuda del paño. Preparar el otro strudel del mismo modo.

6 Engrasar una bandeja universal. Poner los strudel juntos y con la unión hacia abajo sobre la bandeja y doblar los extremos hacia abajo. Pintar los strudel con la mantequilla restante y espolvorear por encima con el azúcar reservado.

7 Hornear los strudel durante 20 minutos a 190°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Mezclar la nata líquida con el jugo de ruibarbo y agregar a la bandeja. Hornear durante otros 20–25 minutos. Retirar del horno y dejar enfriar algo. Cortar en trozos convenientes y servir.

# Strudel con cerezas y arroz con leche y praliné

Para 2 strudel | Dulce, dulce, dulce ...

1 Tamizar la harina sobre una fuente. Mezclar removiendo la yema, 3 C de aceite, 1 pizca de sal y 150 ml de agua tibia. Agregar esta mezcla a la harina y amasar con las varillas hasta obtener una masa elástica. Dividir la masa en dos porciones, formando bolas. Frotar cada bola con 1 C de aceite, envolverlas en film transparente y dejar reposar 1 hora.

2 Llevar a ebullición la leche con el arroz, el azúcar y las semillas de vainilla y dejar cocer a fuego lento durante 20 minutos. Verter en una fuente y dejar enfriar. Lavar las cerezas, deshuesar y dejar escurrir.

3 Batir la mantequilla con el azúcar glas y las ralladuras de limón y de naranja hasta obtener una consistencia espumosa. Incorporar sucesivamente los huevos, batiendo continuamente. Incorporar la crème fraîche y después el arroz con leche. Cortar el praliné en trozos de 1 1/2 cm.

4 Extender una bola de masa sobre la encimera enharinada hasta obtener un cuadrado de 40 x 40 cm. Colocar el cuadrado de masa sobre un paño de cocina enharinado y, con las manos untadas de aceite, estirar la masa sobre el dorso de la mano

## Ingredientes:

### Para la masa de strudel:

300 g Harina de trigo (tipo 45)

1 Yema de huevo (tamaño mediano)

5 C Aceite

Sal

### Para el relleno:

120 g Arroz

400 ml Leche

50 g Azúcar

Las semillas de 1 vaina de vainilla

500 g Cerezas

60 g Mantequilla blanda

60 g Azúcar glas

Las ralladuras de cáscara de un limón y de una naranja

2 huevos (tamaño mediano, temperatura ambiente)

200 g Crème fraîche

(temperatura ambiente)

200 g Praliné de nuez

### Además:

Harina y aceite para amasar

60 g Mantequilla derretida

Mantequilla para la bandeja de horno

50 g Azúcar glas

hasta obtener un rectángulo finísimo. Pintar la masa estirada en seguida con mantequilla derretida.

5 Disponer la mitad de la masa de arroz con leche sobre 10–15 cm del tercio anterior de la masa. Poner la mitad de las cerezas sobre la masa de arroz y repartir los trozos de praliné longitudinalmente por encima. Con ayuda del paño, enrollar el strudel hacia arriba. Preparar el otro strudel del mismo modo.

6 Engrasar una bandeja de repostería. Poner los strudel juntos y con la unión hacia abajo sobre la bandeja y doblar los extremos hacia abajo. Pintar los strudel con la mantequilla restante.

7 Hornear los strudel durante 30–35 minutos a 190°C (calor de bóveda y solera, 2° nivel de bandeja desde abajo). Precalentar el grill (grande) a 240°C. Espolvorear generosamente por encima con azúcar glas y carammelizar bajo el grill durante 2–3 minutos. Retirar del horno y dejar enfriar algo. Cortar en trozos convenientes y servir.



# Eclairs aromatizados con mousse de café

Para 30 unidades | Para los golosos 

1 Para la mousse: Picar el chocolate fondant y derretir al baño maría muy caliente junto con las especias y el café Espresso instantáneo. Poner la gelatina a remojo en agua fría. Mezclar igualmente al baño maría el huevo entero, la yema, el azúcar y el licor, removiendo hasta obtener una consistencia cremosa e incorporar al chocolate. Exprimir la gelatina y disolverla en la crema. Dejar enfriar la crema a 30–35°C e incorporar cuidadosamente la nata montada. Poner la mousse a enfriar durante 2 horas.

2 Para la masa: Llevar a ebullición  $\frac{1}{8}$  l de agua con la leche, la mantequilla, el azúcar y una pizca de sal. Agregar la harina y remover con una cuchara de madera hasta que la masa se desprenda de la base. Seguir removiendo durante al menos 1 minuto. Poner la masa en una fuente y trabajarla con las varillas, incorporando sucesivamente los huevos. Al final volver a remover bien hasta que la masa tenga una superficie lisa y brillante.

3 Engrasar una bandeja de repostería y enharinarla. Rellenar la manga pastelera (con una boquilla de 8 mm Ø) con la mitad de la masa y

## Ingredientes:

### Para la mousse:

250 g Chocolate fondant blanco para la cobertura  
Cilantro, canela y clavo en polvo (una punta de cada)

1 C Café Espresso (instantáneo)

2 Hojas de gelatina blanca  
1 Huevo

1 Yema de huevo (tamaño mediano)

2 C Azúcar

2 C Licor de café (p. ej., Kahlúa)

500 g Nata líquida

### Para la masa cocida:

$\frac{1}{8}$  l Leche

100 g Mantequilla blanda

1 c Azúcar

Sal

150 g Harina de trigo (tipo 45)

4 Huevos (tamaño mediano)

### Además:

Mantequilla y harina para la bandeja de horno

1 Yema de huevo

1 C Leche

Cacao en polvo para espolvorear

poner tiras de 5 cm de longitud con una distancia de 4 cm entre ellas. Mezclar la yema con la leche y pintar las tiras de masa con esta mezcla.

4 Hornear durante 15–17 minutos a 190°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar, dejar enfriar algo. Hacer lo mismo con la masa restante.

5 Cuando los eclairs están aún calientes, cortar por la mitad y dejar enfriar por completo. Con ayuda de la manga pastelera (con boquilla estrellada) poner la mousse por encima de la parte inferior de los eclairs y volver a cubrir con la otra mitad. Según gusto, decorarlos con un poco de mousse o con granos de café.

## ►► Sugerencias y trucos

*Kahlúa es un licor de café mexicano que goza de una gran popularidad, sobre todo como ingrediente de muchos cócteles, como el famoso Russo Blanco.*



# Buñuelos de viento

## con relleno de crema de naranja caramelizada

Para 30 unidades | Una sorpresa para sus invitados 

1 Para la crema: Poner la gelatina a remojo en agua fría. En un cazo, caramelizar dorado oscuro 100 g de azúcar y rebajarlo con el zumo de naranja. Dejar cocer la mezcla a fuego lento hasta que se haya derretido el azúcar. Agregar la mitad de la nata líquida y dejar reducir el líquido a la mitad, dejar enfriar algo y disolver en él la gelatina exprimida.

2 Montar la nata líquida restante a un punto de nieve, igual que las claras, vertiendo lentamente el azúcar restante. Incorporar la crème fraîche a la crema de naranja caramelizada y después, alternando, la nata y las claras montadas. Poner la crema, tapada, a enfriar.

3 Para la masa: Llevar a ebullición  $\frac{1}{8}$  l de agua con la leche, la mantequilla, el azúcar y una pizca de sal. Agregar la harina y remover con una cuchara de madera hasta que la masa se despegue de la base. Seguir removiendo durante al menos 1 minuto. Poner la masa en una fuente y trabajarla con las varillas, incorporando sucesivamente los huevos. Al final volver a remover bien hasta que la masa tenga una superficie lisa y brillante.

### Ingredientes:

#### Para la crema:

3 Hojas de gelatina blanca  
120 g Azúcar  
100 ml Zumo de naranja  
270 g Nata líquida  
2 Claras de huevo  
(tamaño mediano)  
130 g Crème fraîche

#### Para la masa cocida:

$\frac{1}{8}$  l Leche  
100 g Mantequilla blanda  
1 c Azúcar  
Sal  
150 g Harina de trigo (tipo 45)  
4 Huevos (tamaño mediano)

#### Además:

Mantequilla y harina para la bandeja de horno  
1 Yema de huevo  
(tamaño mediano)  
1 C Leche  
200 g Azúcar

4 Engrasar una bandeja de repostería y enharinarla. Rellenar la manga pastelera (con una boquilla de  $\frac{1}{2}$  cm Ø) con la mitad de la masa y poner montoncitos del tamaño de una nuez con una distancia de 4 cm entre ellos.

5 Mezclar la yema con la leche y pintar los montoncitos de masa con esta mezcla. Hornear durante 15 minutos a 190°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar, dejar enfriar algo. Hacer lo mismo con la masa restante.

6 Caramelizar el azúcar con 50 ml de agua en un cazo. Ensartar los buñuelos en una brocheta de madera, sumergir en el caramelo y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina. Llenar la manga pastelera (boquilla de  $\frac{1}{2}$  cm Ø) con la crema de naranja caramelizada. Cortar los buñuelos transversalmente por la mitad y rellenar la mitad inferior con la crema. Volver a colocar la otra mitad y servir.

# Tarta de masa cocida con crema Cassata

Para 1 tarta (24 cm Ø) | Una tarta vistosa 

1 Para la masa: Llevar a ebullición  $\frac{1}{8}$  l de agua con la leche, la mantequilla, el azúcar y una pizca de sal. Agregar la harina y remover con una cuchara hasta que la masa se desprege de la base. Seguir removiendo. Poner la masa en una fuente y trabajarla con las varillas, incorporando sucesivamente los huevos. Al final volver a remover bien hasta que la masa tenga una superficie lisa y brillante.

2 Descongelar la masa de hojaldre. Engrasar dos bandejas de repostería. Extender la masa sobre la encimera enharinada, cortar un círculo de 24 cm Ø y ponerlo sobre una de las bandejas. Pinchar varias veces con un tenedor.

3 Rellenar la manga pastelera (boquilla de 1 cm Ø) con la mitad de la masa cocida y disponerla en espiral desde adentro afuera sobre la masa de hojaldre, dejando un borde de 1 cm. Rellenar la manga pastelera (boquilla de  $\frac{1}{2}$  cm) con la masa cocida restante y reservar.

4 Batir la leche con las yemas y pintar con esta mezcla la masa cocida. Hornear durante 35–40 minutos a 190°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor) y activar la reducción automática de humedad 10 minutos antes de finalizar el tiempo de cocción.

## Ingredientes:

### Para la masa cocida:

$\frac{1}{8}$  l Leche  
100 g Mantequilla blanda  
1 c Azúcar  
Sal  
150 g Harina de trigo (tipo 45)  
4 Huevos (tamaño mediano)

### Para la base:

200 g Masa de hojaldre (congelada)  
2 C Leche  
2 Yemas de huevo

### Para el caramelo:

200 g Azúcar  
Para la crema:  
50 g Nueces tostadas (avellanas, nueces, almendras)  
120 g Frutas escarchadas (p. ej., cereza para guarnición o cáscara de naranja confitada)  
2 C Amaretto (licor italiano de almendra amarga)  
250 g Nata líquida fría  
50 g Azúcar glas  
250 g Mascarpone

### Además:

Mantequilla para las bandejas de horno  
Harina para amasar

5 Enharinar la segunda bandeja y, con ayuda de la manga pastelera, disponer 16–18 montoncitos de 2 cm con una distancia de 4 cm entre ellos. Pintar igualmente con la mezcla de leche y huevo.

6 Retirar la base horneada y dejar enfriar. Hornear durante 20–25 minutos a 190°C (Función Clima, con 1 golpe automático de vapor) y activar la reducción automática de humedad 10 minutos antes de finalizar el tiempo de cocción. Retirar del horno.

7 Hacer el caramelo con el azúcar y 50 ml de agua en un cazo, caramelizarlo amarillo-dorado. Ensartar los buñuelos en una brocheta de madera, sumergir en el caramelo y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina.

8 Picar finamente las nueces y las frutas escarchadas y mezclar con el Amaretto. Montar la nata líquida con el azúcar a un punto muy firme, incorporar el mascarpone y después la mezcla de nueces y frutas. Llenar con esta mezcla la manga pastelera (boquilla de 6 mm Ø) y rellenar los buñuelos desde la parte inferior. Repartir los buñuelos alrededor del borde de la tarta, y, según gusto, fijar con algo del caramelo. Disponer la crema restante sobre la superficie.



# Pastelitos de maracuyá con almendras y jarabe de vainilla

Para 8–10 Tarros para conservas (c/u 200 ml) | Un ingenioso modo de cocinar un pastel

1 Separar yemas y claras. En una fuente, batir las yemas con el azúcar de vainilla y 70 g de azúcar glas hasta obtener una consistencia cremosa. Mezclar las almendras, la harina y una pizca de sal. Calentar ligeramente el zumo de maracuyá e incorporar a la mezcla de huevo, alternando con la mezcla de harina y almendras.

2 Montar las claras con 1 pizca de sal a un punto de nieve medianamente firme, ir vertiendo el azúcar glas restante y seguir batiendo hasta obtener un punto de nieve cremoso. Incorporar a la masa las claras montadas por porciones.

3 Engrasar los tarros (usar tarros con tapa enroscable, puesto que se sirven directamente sin desmoldar) y llenarlos con la masa como máximo hasta dos tercios de su capacidad. Hornear los bizcochos durante 15–20 minutos a 160°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## Ingredientes:

4 Huevos (tamaño mediano)  
 1 Sobre de azúcar de vainilla  
 120 g Azúcar glas  
 120 g Almendras molidas  
 60 g Harina de trigo (tipo 45)  
 Sal  
 100 ml Zumo de maracuyá  
 Mantequilla para las copas  
 1 Lima  
 Jengibre (2 cm)  
 Las semillas de 2 vainas de vainilla  
 80 g Azúcar

4 Entretanto, exprimir la lima. Pelar el jengibre y laminar. En un cazo, llevar a ebullición 120 ml de agua, con el jugo de lima, las semillas de vainilla, el azúcar y el jengibre. Apartar el jarabe del fuego, dejar reposar brevemente y sacar el jengibre.

5 Retirar los bizcochitos del horno y dejar enfriar algo sobre una rejilla de cocina. Rociar cada uno con 2 C de jarabe de vainilla. Según gusto, cortar 1 maracuyá por la mitad, decorar los tarros con trozos de carne de maracuyá y servir.

## ►► Sugerencias y trucos

*Las vainas vaciadas de vainilla podrán aprovecharse para hacer azúcar de vainilla: Introducir las vainas con azúcar en un tarro hermético. Dejar macerar durante una semana, ¡listo!*



# Tartaletas con yogur con arándanos y muesli crocante

Para 10 moldes para tartaletas (c/u 10–12 cm Ø) | Mini-tartaletas con costra crujiente

1 Para la pastaflora: Cortar la mantequilla en dados pequeños. Mezclar la harina, el azúcar glas y 1 pizca de sal. Amasar la mezcla, con los dados de mantequilla, rápidamente con las varillas. Incorporar los huevos amasando, y envolver la masa en film transparente. Dejar reposar en la nevera durante 1 hora.

2 Para el crocante: Caramelizar el azúcar en un cazo hasta que haya tomado un tono dorado. Incorporar la mezcla de muesli y, en seguida, poner el caramelo sobre una bandeja de repostería forrada con papel manteca, repartiendo la masa con ayuda de una espátula y dejar enfriar por completo. Picar gruesamente el muesli crocante.

3 Quitar los arándanos de los racimos, lavar y dejar escurrir. Mezclar con el azúcar de vainilla en un cazo, machacar ligeramente con un tenedor y calentar. Desleír el almidón con un poco de agua fría, y ligar con esta mezcla los arándanos.

4 Engrasar los moldes. Extender la pastaflora sobre la encimera enharinada hasta obtener un grosor de 3 mm. Con un cortamasas o a mano, cortar círculos de unos 12 cm Ø.

## Ingredientes:

### Para la pastaflora:

100 g Mantequilla fría  
250 g Harina de trigo (tipo 45)  
100 g Azúcar glas  
Sal  
2 huevos (tamaño mediano, temperatura ambiente)

### Para el crocante:

100 g Azúcar  
150 g Muesli suizo (mezcla de cereales) (producto preparado de venta en el comercio)

### Además:

200 g Arándanos  
1 Sobre de azúcar de vainilla  
1 C Maicena  
Mantequilla para los moldes  
Harina para la superficie de trabajo  
80 g Chocolate fondant blanco para la cobertura  
200 g Yogur griego (10% de grasa)

Forrar los moldes con la masa, y dejar que sobresalga un borde de 1 cm. Poner a enfriar tapado nuevamente durante 15 minutos.

5 Pinchar la base de la masa varias veces con un tenedor y hornear los moldes durante 10–12 minutos a 170°C (Aire caliente plus, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y dejar enfriar algo. Desmoldar y dejar enfriar por completo.

6 Picar el chocolate fondant y derretir al baño maría. Pintar las tartaletas por dentro con una fina capa de chocolate, y dejar endurecer. Después, repartir en cada tartaleta 1 C de arándanos y 1 C de yogur. Espolvorear por encima con el muesli crocante y servir.

## ►► Sugerencias y trucos

Las tartaletas admiten una gran variedad de rellenos y de elementos decorativos. Según gusto podrá rellenarlas con cremas dulces (p. ej., a base de yogur, requesón o queso fresco) y decorarlas con bayas o trozos de frutas de temporada (p. ej., frambuesas o cerezas).

# Rubias con cacahuetes

Para 1 bandeja | Para los amantes de los cacahuetes

1 Tostar los cacahuetes en una sartén sin grasa a fuego medio hasta que estén ligeramente dorados. Sacar de la sartén y reservar.

2 Calentar en un cazo el azúcar, la mantequilla y  $\frac{1}{2}$  c de sal, removiendo continuamente hasta que el azúcar esté derretido. Dejar enfriar esta mezcla. Después, incorporar los huevos, las yemas y las semillas de vainilla.

3 Tamizar la harina sobre una fuente. Agregar la mezcla de huevo y amasar con las varillas. Forrar la bandeja de repostería con papel manteca, distribuir la masa con ayuda de una espátula. Espolvorear por encima con los cacahuetes picados.

## Ingredientes:

200 g Cacahuetes  
400 g Azúcar moreno  
200 g Mantequilla blanda  
Sal  
2 Huevos (tamaño mediano)  
2 Yemas de huevo (tamaño mediano)  
Las semillas de 1 vaina de vainilla  
350 g Harina de trigo (tipo 45)

4 Hornear durante 30–35 minutos a 180°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y dejar enfriar algo. Cortar la masa cuando está aún tibia en trozos de 4 x 4 cm y servir.

## ►► Sugerencias y trucos

*En lugar de los cacahuetes podrá utilizar almendras o nueces, o refinar la preparación con 1–2 C de uvas pasas, arándanos rojos secos o albaricoques.*



# Biscotti de piñones con albaricoques

Para 40–50 unidades | Snack dulce para una tarde con los amigos

- 1 Tostar los piñones en una sartén sin grasa hasta que estén ligeramente dorados y dejar enfriar. En una fuente, mezclar la harina con el polvo de hornear. Picar finamente los albaricoques.
- 2 Batir la mantequilla con el azúcar glas hasta conseguir una consistencia espumosa. Incorporar sucesivamente los huevos junto con la canela, 1 pizca de sal y la ralladura de naranja. Agregar la mezcla de harina, mezclar todo bien y amasar hasta obtener una masa suave. Incorporar, amasando, los trozos de albaricoque y los piñones.
- 3 Dividir la masa en 4 porciones, formando cilindros de 30 cm con las manos enharinadas. Forrar la bandeja de repostería con papel manteca. Disponer los cilindros de masa sobre la bandeja, dejando la distancia suficiente, después aplastar homogéneamente formando una tira de 4 cm de ancho y 1 1/2 cm de grosor.

## Ingredientes:

150 g Piñones  
 280 g Harina de trigo (tipo 45)  
 1/2 c Levadura en polvo (polvo de hornear)  
 100 g Albaricoques (secos)  
 125 g Mantequilla blanda  
 185 g Azúcar glas  
 2 Huevos (tamaño mediano, temperatura ambiente)  
 1/2 TL Canela en polvo  
 Sal  
 1 TL Ralladura de la cáscara de una naranja sin tratar  
 Harina para amasar

- 4 Hornear durante 30–35 minutos a 180°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y dejar enfriar algo sobre una rejilla de cocina. Dejar el horno encendido. Cortar los cilindros de masa en rodajas de 2 cm de grosor y volver a colocar sobre la bandeja. Dorar otros 5–10 minutos. Retirar del horno y dejar enfriar por completo. Según gusto, espolvorear generosamente por encima con azúcar glas.

## ►► Sugerencias y trucos

*Los biscotti podrán acompañarse con un rico almíbar: Llevar a ebullición el zumo de 2 limones, con 120 g de azúcar, 1 ramillete de albahaca y 400 ml de agua. Pasar por el chino y dejar enfriar.*



# Shortbread con praliné de nuez

Para 1 molde rectangular (20 x 30 cm) | El clásico pan dulce para el té

1 Forrar el molde de repostería con papel manteca. Para la masa batida: En una fuente, batir la mantequilla con el azúcar, el azúcar de vainilla y una pizca de sal hasta conseguir una consistencia espumosa. Incorporar la harina, removiendo. Verter la masa en el molde y repartir bien con una espátula. Hornear durante 25–30 minutos a 160°C (calor de bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y dejar enfriar algo.

2 Para la cobertura: Picar muy finamente las nueces. En un cazo, calentar el azúcar muscovado, la leche condensada y la mantequilla, pero sin que llegue a hervir. Cuando se haya derretido el azúcar, repartir esta mezcla sobre la masa y poner a enfriar en la nevera durante 20 minutos.

## Ingredientes:

### Para la masa batida:

250 g Mantequilla blanda  
120 g Azúcar glas  
1 Sobre de azúcar de vainilla  
Sal  
300 g Harina de trigo (tipo 45)

### Para la cobertura:

150 g Nueces  
120 g Azúcar muscovado  
(véanse las sugerencias) o  
azúcar moreno  
120 ml Leche condensada  
120 g Mantequilla  
200 g Praliné de nuez  
60 g Nata líquida

3 Trocear el praliné. Llevar a ebullición la leche en un cazo y derretirlo en ella. Con ayuda de una espátula, repartir cuidadosamente la crema de praliné sobre la masa y poner nuevamente a enfriar.

4 Desmoldar el pan y cortar longitudinalmente por la mitad. Cortar en tiras de unos 2 cm y servir con café o té.

## ►► Sugerencias y trucos

El “azúcar muscovado” es azúcar cande húmedo sin refinar, constituido de finos cristales sueltos con un fuerte aroma a caramelo y una ligera nota que recuerda al regaliz. Se consigue en las tiendas de productos ecológico, asiáticos, herbodietéticos y en tiendas de té.









# Pan & Panecillos

El pan es mucho más fácil de hacer de lo que muchos piensan. Ya sea dulce o picante, hecho en casa no sólo sabe mejor, sino que nos brinda también la posibilidad de combinar nosotros mismos los ingredientes más variados. ¿Hay algo más rico que empezar el día con un pan recién horneado?

## Elaboración de la masa de levadura



1 Poner la harina en una fuente y hacer un hueco en el centro. Diluir la levadura con azúcar en agua tibia y verter en el hueco hecho en la masa y mezclar con un poco de harina que recogeremos de los bordes, hasta obtener una consistencia algo espesa.



2 Tapar con un paño húmedo y dejar subir 15 minutos en un lugar cálido. Amasar con las varillas. Dejar subir tapado otros 30 minutos en un lugar cálido y sin corrientes de aire.



3 Volver a amasar brevemente y aplanar con el rodillo sobre la encimera enharinada. Seguir las instrucciones de la receta y dejar subir nuevamente durante 15 minutos antes de hornear.

## Elaboración de la masa madre



1 Primero se prepara un “pie de madre”. Mezclar una pequeña cantidad de harina de centeno con agua tibia hasta obtener una masa de consistencia espesa. Dejar fermentar unos días, hasta que la capa superficial haya tomado un color gris y revele pequeñas burbujas en su costra.



2 Amasar esta masa con una pizca de sal y harina hasta obtener una masa suave al tacto.



3 Poner un paño limpio enharinado en una fuente, colocar encima la bola de masa y cubrir con el paño. Tapar la fuente con film transparente y dejar subir la masa durante la noche.

## Conocimientos

### básicos

## Tipos de masa

Como indica su nombre, la masa de levadura se elabora a base de levadura o polvo de hornear. Cuando los hongos de la levadura se encuentran en condiciones propicias, su metabolismo aumenta y producen dióxido de carbono, que es a su vez responsable de que la masa suba, haciéndola más esponjosa y ligera. Junto con la harina se añade azúcar como “combustible” adicional. La humedad y temperaturas entre los 25–30° crean las condiciones ideales para la actividad de los hongos.

La masa madre es utilizada como la levadura para „leudar“ (hacer subir) las masas, sobre todo para el pan de centeno. El principio es similar al de la masa de levadura, pero se aprovecha la acción de levaduras y bacterias lácteas presentes en el ambiente natural. Para ello se elabora primero un “pie de madre” que se deja fermentar un tiempo para que actúen los microorganismos antes señalados. En el comercio encontrará esta masa inicial como producto preparado, para facilitar así la elaboración de la masa de pan.



# Elaboración de pan de dos harinas



**1** En una fuente, cubrir las semillas de centeno con agua y dejar hinchar tapadas durante 1 día aproximadamente. Escurrir después.



**2** Con la ayuda de la batidora de varillas, mezclar bien la harina de centeno y de trigo y hacer un hueco en el centro.



**3** Desmenuzar la levadura. Disolverla con el pie de masa madre, el azúcar y el agua y verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina.



**4** Recoger de los bordes algo de harina y mezclar con la levadura disuelta hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar con un paño de cocina y dejar subir en un lugar cálido durante 30 minutos.



**5** Agregar las semillas de centeno, sal y especias e incorporar la harina restante. Amasar bien sobre la encimera enharinada, hasta que la masa tenga un tacto suave.



**6** Dejar subir tapada durante 1 hora. Dividir la masa en las porciones deseadas y formar los panes. Antes de hornear, poner sobre una bandeja de repostería enharinada y dejar subir otra hora.

## Conocimientos básicos Tipos de masa

La harina de trigo es utilizada comunmente como base para la elaboración de innumerables creaciones de panes, bizcochos y demás repostería. En el comercio se encuentran diferentes tipos de harina (véase también el glosario, p. 227). Cuanto mayor sea su número de tipo, tanto mayor será su contenido en minerales. Un factor determinante en la harina de trigo es su contenido en gluten, que determina la capacidad de hinchamiento y que confiere a las preparaciones una estructura estable – lo que explica las buenas propiedades para el horneado. Debido a su estructura proteica, la harina de centeno sola con levadura no puede ser utilizada para la panificación. La acidificación de la masa con ayuda de masa madre mejora enormemente las propiedades de horneado y las características organolépticas. A menudo se mezcla la harina de trigo con la de centeno y se agrega levadura, adicionalmente a la masa madre, para aprovechar las ventajas de ambas y para obtener un sabroso pan de buena consistencia.



# Pan rústico de masa madre con harina de centeno

Para 1 pan (2 kg) | Requiere algo de paciencia 

1 Para el pie de masa madre: En una fuente, mezclar 500 g de harina de centeno y 700 ml de agua tibia, hasta obtener una masa de consistencia espesa, después cubrir con film transparente. Dejar subir en un lugar cálido durante 3–4 días, hasta que la masa haya tomado un color gris y revele pequeñas burbujas en su costra.

2 Mezclar el pie de masa con la harina de centeno restante, la harina de trigo y 1 C de sal. Amasar con las varillas no menos de 5 minutos hasta obtener una masa suave. Forrar una fuente con un paño de cocina enharinado. Poner por encima la masa y cubrir con el paño. Tapar la fuente con film transparente para evitar que se seque la masa y dejar subir durante la noche unas 12–14 horas.

## Ingredientes:

750 g Harina de centeno  
750 g Harina de trigo integral  
Sal  
Harina para amasar

3 Sobre la encimera enharinada, formar un pan redondo. Poner el pan sobre una bandeja de repostería, espolvorear por encima con harina y, con ayuda de un cuchillo, hacer una cruz de 1 cm de profundidad en la superficie. Hornear durante 1 hora a 180°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). El pan estará hecho cuando al golpearlo suene un poco a hueco. Retirar del horno y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina.

## ►► Sugerencias y trucos

*Para hacer un pan con masa madre preparada: Elaborarlo como la masa de levadura, mezclando 500 g harina de centeno, 350 g harina de fuerza, 1 dado de levadura, 150 g masa madre, 1 C de azúcar, 450 ml de agua tibia y 3 c de sal y hornear durante 50–60 minutos.*



# Panecillos

## con cerveza negra y semillas de anís

Para 1 molde desmontable (28 cm Ø) | Con un toque de caramelo 

1 Caramelizar el azúcar en un cazo, hasta que esté dorado. Añadir la cerveza y llevarla a ebullición, hasta que el azúcar se haya disuelto por completo. Apartar del fuego y dejar enfriar hasta que esté tibio.

2 Mezclar ambas harinas en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Disolver la levadura desmenuzada en la cerveza caramelizada y verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño de cocina y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 15 minutos.

3 Agregar sal y anís y mezclar todo con la harina restante. Amasar con las varillas no menos de 5 minutos hasta obtener una masa elástica con una superficie brillante. Tapar con un paño de cocina húmedo y dejar subir otros 45 minutos en un lugar cálido.

### Ingredientes:

100 g Azúcar  
 625 ml Cerveza negra  
 500 g Harina de trigo integral  
 500 g Harina de trigo  
 (tipo 55)  
 1 Dado de levadura fresca  
 (42 g)  
 1 C Sal marina fina  
 1 c Semillas de anís  
 Mantequilla para el molde  
 Harina para amasar

4 Engrasar el molde desmontable. Dividir la masa en seis porciones, formando bolas. Colocar una bola en el centro del molde y las demás alrededor, formando un círculo. Espolvorear por encima con algo de harina y dejar subir nuevamente 30 minutos.

5 Hornear durante 30–35 minutos a 190°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina. Desmoldar y separar los panecillos individuales.

### ►► Sugerencias y trucos

*Si hay niños en la casa, podrá sustituir la cerveza negra por cerveza de malta. En tal caso, reduzca la cantidad de azúcar a 80 g, puesto que la cerveza de malta ya es muy dulce.*

# Pan de trigo y centeno con 5 especias

Para 1 pan (1,4 kg) | Con un toque asiático 

1 En una fuente, cubrir las semillas de centeno con agua y dejar hinchar tapadas durante 1 1/2 días aproximadamente. Escurrir después.

2 Disolver la levadura desmenuzada en 350 ml de agua tibia con la masa madre y el azúcar. Mezclar ambas harinas en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Verter la mezcla de masa madre y levadura en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa durante 30 minutos en un lugar cálido.

3 Agregar las semillas de centeno, la mezcla de especias chinas y la sal, y amasar todo con las varillas durante al menos 5 minutos. Tapar la fuente con film transparente y dejar subir la masa durante 1 hora en un lugar cálido.

## Ingredientes:

200 g Semillas de centeno

1/2 Dado de levadura fresca  
(21 g)

125 g Masa madre líquida  
(de venta en centros  
herbodietéticos)

1 C Azúcar

300 g Harina de centeno

300 g Harina de trigo  
(tipo 55)

1 1/2 C Mezclas de (5) especias en polvo (de la tienda de productos asiáticos)

1 C (rasa) de Sal marina fina

1 C Semilla de hinojo

1 C Semillas del cilantro

Harina para espolvorear

4 Formar con la masa un pan alargado y ponerlo sobre una bandeja de repostería. Espolvorear por encima con semillas de hinojo y de cilantro, hundiéndolas ligeramente con las manos. Dejar subir el pan tapado con un paño de cocina durante 1 hora en un lugar cálido.

5 Espolvorear por encima con algo de harina. Hornear durante 50–60 minutos a 190°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel para bandeja). Retirar del horno y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina.


## ► Sugerencias y trucos

*Para este pan podrá crear su propia mezcla de especias chinas, mezclando, por ejemplo, 1/2 C de comino en polvo y de cilantro con 1/2 C de anís, de hinojo y de cardamomo en polvo.*



# Baguettes

## con rellenos variados

Para 2 baguettes (c/u 400 g) | Un clásico renovado 

1 Para la masa: Disolver la levadura desmenuzada en la leche mezclada con 150 ml de agua y el azúcar. Poner la harina en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Verter la mezcla de leche en el hueco hecho en la harina y recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo pegajosa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa durante 30 minutos en un lugar cálido.

2 Agregar la sal y amasar con las varillas no menos de 5 minutos hasta obtener una masa elástica con una superficie brillante. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 45 minutos.

3 Para el relleno: Cortar el chile longitudinalmente por la mitad, quitar las semillas, lavar y picar gruesamente. Limpiar y lavar la berenjena y cortarla en dados pequeños. Freír en aceite de oliva a fuego medio durante 3–4 minutos. Agregar el chile y seguir friendo hasta que la berenjena esté blanda. Sazonar con sal y pimienta. Para el relleno con avellanas, tostar las avellanas en una sartén sin grasa.

### Ingredientes:

#### Para la masa:

300 ml Leche templada  
1 c Azúcar  
1/2 Dado de levadura fresca (21 g)  
500 g Harina de trigo (tipo 55)  
1 C (rasa) de Sal marina fina

#### Para el relleno con

##### berenjenas:

1 Chile rojo  
1 Berenjena (aprox. 350 g)  
2 C Aceite de oliva  
Sal

Pimienta del molinillo

#### Para el relleno con

##### avellanas:

200 g Avellanas trituradas

#### Además:

Harina para amasar la masa  
2 C Leche para pintar


4 Volver a amasar brevemente y dividir en dos porciones. Incorporar en una porción de masa las avellanas. Formar de ambas porciones un rollo de unos 40 cm. Aplanar la segunda porción, formando una tira más ancha. Disponer las berenjenas a lo largo por el centro. Doblar la masa sobre el relleno. Poner los rollos de masa con una distancia suficiente sobre una bandeja de repostería. Practicar varias incisiones oblicuas en la superficie de los panes. Tapar con un paño enharinado y dejar subir durante 30 minutos.

5 Pintar la masa con la leche. Poner encima de la baguette de berenjenas los dados de berenjena restantes. Hornear durante 30 minutos a 180°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel para bandeja). El pan estará hecho cuando al golpearlo suene un poco a hueco. Retirar del horno y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina.

6 Como alternativa podrá hacer baguettes de cebolla o queso feta. Para la baguette de cebolla, amasar una porción de masa con 2 C de tomillo picado y 150 g de cebolla tostada. Para la baguette de feta, amasar una porción de masa con 200 g de queso feta desmenuzado y 1 C de miel, y hornear siguiendo las instrucciones de la receta.



# Pan de nueces con jarabe de arce

Para 2 panes c/u 500 g | Pan crujiente para los días fríos 

1 Mezclar ambas harinas en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Disolver la levadura desmenuzada mezclada con el jarabe de arce en 300 ml de agua tibia. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo pegajosa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 30 minutos.

2 Triturar finamente la mitad de las nueces en la batidora. Picar gruesamente la otra mitad con un cuchillo. Agregar la mantequilla, las nueces, el aceite de nuez y la sal a la masa y trabajarla con las varillas hasta que se haya formado una masa suave y elástica. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 45 minutos.

## Ingredientes:

250 g Harina de trigo integral  
250 g Harina de trigo (tipo 45)  
1/2 Dado de levadura fresca  
(21 g)  
1 C Jarabe de arce  
(o azúcar cande)  
200 g Nueces  
50 g Mantequilla blanda  
2 C Aceite de nuez  
1 c Sal marina fina  
Harina para amasar


3 Volver a amasar brevemente y dividir la masa en dos porciones. Formar dos panes alargados y ponerlos sobre una bandeja de repostería, guardando una distancia suficiente entre ambos. Tapar con un paño enharinado y dejar subir 30 minutos.

4 Retirar el paño cuidadosamente. Espolvorear por encima de los panes algo de harina. Hornear durante 35–40 minutos a 200°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Si desea una costra más oscura, aumente la temperatura hacia el final del tiempo de cocción. Dejar enfriar los panes sobre una rejilla de cocina durante unos 30 minutos.

## ►► Sugerencias y trucos

*Para el pan de avellanas se sustituirán las nueces y el aceite de nuez por las mismas cantidades de avellana y aceite de avellana. Para una variante más refinada podrá utilizar nueces de Macadamia picadas sin sal y el aceite correspondiente.*

# Pan de patata con comino

Para 1 pan (1 kg) | Con una costra crujiente 

1 Poner la harina en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Disolver la levadura desmenuzada en la leche. Verter esta mezcla junto con el comino y el extracto de malta en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo pegajosa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 15 minutos.

2 Pelar las patatas y rallarlas. Agregar el huevo y la sal e incorporar la harina restante. Amasar todo con las manos enharinadas hasta obtener una masa suave. Dejar subir tapada durante 30 minutos en un lugar cálido.

## Ingredientes:

400 g Harina de trigo (tipo 55)  
 1 Dado de levadura fresca  
 (42 g)  
 100 ml Leche templada  
 1 C Comino en polvo  
 1 C Extracto de malta  
 (de venta en centros  
 herbodietéticos)  
 400 g Patatas (de consistencia  
 harinosa después de cocidas)  
 (preparar un día antes)  
 1 Huevo (tamaño medio)  
 1 c Sal  
 Harina para amasar  
 Sal marina para espolvorear

3 Volver a amasar brevemente, formar un pan alargado y ponerlo sobre una bandeja de repostería. Espolvorear por encima con sal marina y dejar subir tapada con un paño durante otros 30 minutos.

4 Retirar el paño cuidadosamente y espolvorear por encima del pan algo de harina. Hornear durante 45–50 minutos a 190°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel para bandeja). Retirar del horno y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina.

## ► Sugerencias y trucos

*El extracto de malta es un jarabe elaborado a base de azúcar de malta que mejora las propiedades de la masa durante el horneado y refuerza el sabor del pan. El extracto puede sustituirse por jarabe de remolacha.*



# Focaccia

## con queso de cabra y almendras

Para 1 bandeja de horno | Sabores de Italia 

1 Poner la harina en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Disolver la levadura desmenuzada y la miel en 350 ml de agua tibia. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 15 minutos.

2 Agregar la ralladura de limón, la sal marina y 5 C de aceite de oliva y mezclar todo bien. Amasar con las varillas no menos de 5 minutos hasta obtener una masa elástica con una superficie brillante. Tapar la fuente con un paño y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 45 minutos.

3 Volver a amasar brevemente y aplanar la masa con el rodillo sobre la encimera enharinada, formando un rectángulo del tamaño de la bandeja de repostería (aprox. 40 x 30 cm). Poner la masa sobre la bandeja de repostería. Tapar con un paño de cocina y dejar subir en un lugar cálido durante 30 minutos.

### Ingredientes:

750 g Harina de trigo integral  
 1 Dado de levadura fresca (42 g)  
 1 C Miel  
 1 C Ralladura de cascara de limón  
 1 C Sal marina fina  
 8 C Aceite de oliva (virgen extra)  
 Harina para la superficie de trabajo  
 1/2 Manojito de tomillo  
 70 g Azúcar  
 150 g Almendras peladas  
 200 g Queso de cabra (en rulo)


4 Lavar el tomillo, sacudir para secarlo, y quitar las hojas. Caramelizar el azúcar en una sartén. Incorporar las almendras, repartir el caramelo de almendras sobre una bandeja de repostería y dejar enfriar. Picar gruesamente las almendras.

5 Retirar el paño cuidadosamente. Hacer pedacitos el queso y distribuir junto con las almendras sobre la masa. Apretar algo la cobertura con las manos, espolvorear por encima con las hojas de tomillo y rociar con el aceite de oliva restante.

6 Hornear durante 25–30 minutos a 170°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar la focaccia del horno y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina hasta que esté tibia. Cortar en trozos y servir.



# Chapata rellena con tomates y jamón de Parma

Para 1 aro ovalado (40 x 30 cm) | Con un sabroso relleno 

1 Poner la harina en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Disolver la levadura desmenuzada y la miel en 600 ml de agua tibia. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 15 minutos.

2 Agregar la sal y el aceite de oliva y mezclar todo bien. Amasar con las varillas no menos de 5 minutos hasta obtener una masa elástica con una superficie brillante. Dejar subir tapada en un lugar cálido durante al menos 45 minutos.

3 Para el relleno: Lavar la albahaca, sacudir para secarla, quitar las hojas y cortar en tiras. Cortar los tomates secos en dados gruesos y el jamón en tiras. Rallar finamente el queso Parmesano.

## Ingredientes:

### Para la masa:

- 1 kg Harina de trigo (tipo 55)
- 30 g Levadura fresca
- 2 C Miel
- 2 C (rasa) de Sal marina fina
- 6 C Aceite de oliva (virgen extra)

### Para el relleno:

- 2 Ramillete de albahaca
- 200 g Tomates secos (en aceite; escurridos)
- 12 Lonchas de jamón de Parma
- 200 g Queso Parmesano
- 100 g Alcaparras

### Además:

Harina para espolvorear

4 Volver a amasar brevemente y aplanar con el rodillo, formando un rectángulo del tamaño de 80 x 20 y de 1 cm de grosor. Repartir todos los ingredientes del relleno a lo largo del centro del rectángulo de masa. Doblar a izquierda y derecha sobre el relleno y apretar bien la unión.

5 Formar del rollo un pan ovalado y apretar bien los extremos. Poner el pan con la unión hacia abajo sobre una bandeja de repostería. Enharinar el aro y dejar subir tapado durante 30 minutos en un lugar cálido.

6 Hornear durante 40–50 minutos a 180°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno, dejar enfriar sobre una rejilla de cocina y servir el pan estando aún tibio.

## ►► Sugerencias y trucos

*Para el relleno podrá utilizar otros ingredientes, como dados de calabacines y pimientos asados y en lugar del queso Parmesano y de la albahaca podrá usar su queso preferido y una mezcla de otras hierbas.*

# Pan rústico con sal marina gruesa

Para 2 panes (c/u 700 g) | Rico para comer solo 

1 Mezclar ambas harinas en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Disolver la levadura desmenuzada y la miel en 550 ml de agua tibia. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo pegajosa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 15 minutos.

2 Agregar la masa madre, el aceite de oliva y la sal y amasar todo con las varillas durante al menos 5 minutos hasta obtener una masa elástica con una superficie brillante. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 45 minutos.

## Ingredientes:

500 g Harina de trigo (tipo 55)  
500 g Harina de trigo integral  
30 g Levadura fresca  
1 C Miel  
150 g Masa madre líquida  
(de venta en centros  
herbodietéticos)  
75 ml Aceite de oliva (virgen  
extra)  
1 C Sal marina gruesa  
Harina para espolvorear

3 Volver a amasar brevemente y dividir la masa en dos porciones. Formar dos panes redondos y colocarlos sobre una bandeja de repostería. Tapar con un paño de cocina y dejar subir otros 30 minutos.

4 Retirar el paño cuidadosamente y espolvorear por encima de los panes algo de harina. Hornear durante 40–50 minutos a 180°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). El pan estará hecho cuando al golpearlo suene un poco a hueco. Retirar del horno y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina.

## ► Sugerencias y trucos

*Esta receta básica puede refinarse agregando algunos ingredientes. Según gusto, añada a la masa 2 C de alcaparras, tomates secos picados, finas hierbas picadas o aceitunas negras (deshuesadas y cortadas en aros).*



# Caracolas de pan con pesto de perejil y berenjenas

Para 10–12 caracolas | Una variación salada 

1 Para la masa: Poner la harina en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Disolver la levadura desmenuzada y el azúcar en 625 ml de agua tibia. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 15 minutos.

2 Incorporar la harina restante y la sal marina y amasar con las varillas no menos de 5 minutos hasta obtener una masa elástica con una superficie brillante. Tapar la fuente con un paño y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 45 minutos.

3 Para el pesto: Lavar las hierbas, sacudir para secarlas, quitar las hojas y hacer un puré agregando el aceite de oliva, el queso Parmesano y los piñones. Sazonar con sal y pimienta.

4 Cortar las berenjenas longitudinalmente en rebanadas de 1/2 cm de grosor. Salpimentar las rebanadas y dejar que se empapen de agua durante 10 minutos. Secar con papel de cocina y freír por ambos lados en aceite de oliva durante 2 minutos.

## Ingredientes:

### Para la masa:

- 1 kg Harina de trigo (tipo 55)
- 1 Dado de levadura fresca (42 g)
- 2 C Azúcar
- 1 C Sal marina

### Para el pesto:

- 1 Ramillete de perejil
- 1/2 Manojito de levístico
- 100 ml Aceite de oliva
- 50 g Queso Parmesano rallado
- 50 g Piñones (tostados)
- Sal

Pimienta recién molida

### Para las berenjenas:

- 3 Berenjenas (900–1000 g)
- Sal
- Pimienta recién molida
- 60 ml Aceite de oliva

### Además:

Harina para la superficie de trabajo

5 Volver a amasar brevemente y dividir la masa en dos porciones. Aplanar ambas porciones sobre la encimera enharinada hasta obtener un tamaño de 40 x 40 cm y un grosor de 1 cm y distribuir por encima el pesto. Poner por encima las rebanadas de berenjena y enrollar la masa. Cortar los rollos en rodajas de 5 cm de grosor. Disponer juntas con la cara de corte hacia arriba sobre una bandeja de repostería. Dejar subir tapado durante otros 30 minutos.

6 Hornear durante 20–25 minutos a 180°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno, separar cuidadosamente las caracolas y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina.

## ►► Sugerencias y trucos

*Como alternativa a las berenjenas podrá utilizar gajos de calabaza hokkaido que se cocinan en el horno durante 25 minutos a 180°C (Aire de recirculación) En tal caso es conveniente sustituir los piñones por semillas de calabaza tostadas.*



# Panecillos de higo al romero hechos en taza

Para 8–10 tazas (c/u 150 ml) | Una combinación extraordinaria 

1 Poner la harina en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Disolver la levadura desmenuzada y la miel en la leche. Verter la mezcla de leche en el hueco hecho en la harina y recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 15 minutos.

2 Agregar la mantequilla y la sal marina y amasar todo con las varillas no menos de 5 minutos hasta obtener una masa elástica con una superficie brillante. Dejar subir tapada con un paño de cocina durante 45 minutos en un lugar cálido.

3 Entretanto, en una sartén, reducir a jarabe el Oporto con el azúcar. Lavar los higos, cortar una cruz en la parte superior y agregar junto con el romero al jarabe de vino. Dejar cocer brevemente a fuego lento, después, verter la mezcla en una fuente para que los higos no se ablanden demasiado.

## Ingredientes:

500 g Harina de trigo (tipo 55)  
 1/2 Dado de levadura fresca  
 (21 g)  
 1 C Miel  
 1/4 l Leche templada  
 40 g Mantequilla blanda  
 1 c Sal marina fina  
 200 ml Vino de Oporto  
 2 C Azúcar  
 10 Higos frescos  
 1 C Romero picado  
 Mantequilla para las tazas

4 Cortar 10 cuadrados pequeños de una hoja de papel manteca y humedecerlos con agua. Engrasar las tazas y forrarlas con el papel. Volver a amasar brevemente la masa y formar 10 bolas del mismo tamaño. Repartir las bolas en las tazas, y hacer un hueco con el pulgar. Poner en cada hendidura 1 higo con un poco del jarabe y dejar subir la masa otros 15 minutos.

5 Hornear durante 15–20 minutos a 180°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel para bandeja). Retirar del horno y dejar enfriar algo. Desmoldar los panecillos y dejarlos enfriar sobre una rejilla de cocina.

## ►► Sugerencias y trucos

Pruebe la receta con estos ingredientes: Freír 100 g de albaricques (fruto seco) con 2 c de salvia picada y 100 g de tocino cortado en dados, dejar enfriar e incorporar a la masa.

# Panecillos hechos en lata con cebolla y mejorana

Para 8 panecillos | Recién horneado en lata 

1 Para la masa: Poner la harina en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Disolver la levadura desmenuzada y la miel en 625 ml de agua tibia. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 15 minutos.

2 Incorporar la harina restante y la sal marina y amasar todo con las varillas durante al menos 5 minutos hasta obtener una masa elástica con una superficie brillante. Tapar la masa de levadura con un paño y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 45 minutos.

3 Para el relleno: Lavar la mejorana, sacudir para secarla, y quitar las hojas. Pelar la cebolla, cortar por la mitad y después en gajos. Freír los gajos de cebolla en aceite a fuego medio hasta que estén crujientes y dorados. Incorporar las hojas de mejorana y el azúcar y dejar caramelizear. Sazonar con una pizca de sal marina. Separar un tercio de la cebolla e incorporar el resto a la masa.

## Ingredientes:

### Para la masa:

1 kg Harina de trigo (tipo 55)  
30 g Levadura fresca  
2 C Miel  
2 C (rasa) Sal marina

### Para el relleno:

1 Manojito de mejorana  
300 g Cebolla blanca  
2 C Aceite  
1/2 C Azúcar  
Sal marina  
1 Chile rojo  
200 g Queso Scamorza  
(tipo de queso Mozzarella ahumado)

### Además:

Mantequilla para las latas  
Harina para amasar

4 Lavar bien 8 latas de conserva sin tapa (c/u 400 ml) y secarlas. Engrasar las latas y forrarlas con papel manteca.

5 Cortar el chile longitudinalmente por la mitad, quitar las semillas, lavar y picar finamente. Cortar el queso Scamorza en 8 dados. Con las manos enharinadas, formar de la masa 8 círculos del mismo tamaño. Poner sobre cada uno 1 trozo de queso Scamorza y una pizca del chile picado. Doblar los círculos de masa encima del relleno y formar una bola. Presionar las bolas en las latas y repartir la cebolla restante por encima. Dejar subir los panes otros 30 minutos.

6 Hornear durante 20 minutos a 170°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel para bandeja). Retirar los panes del horno y dejar enfriar algo. Sacarlos de las latas y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina hasta que estén tibios.



# Panecillos de plátano con nueces de macadamia

Para 1 molde desmontable (28 cm Ø) | Para el café ☕

1 Poner la harina en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Disolver la levadura desmenuzada y 60 ml del jarabe de arce en la leche. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 15 minutos.

2 Exprimir la lima. Pelar los plátanos y hacerlos puré junto con el zumo de lima. Pesar 300 g del puré (agregar agua si no fuera suficiente). Verter el puré de plátano en la fuente e incorporar la harina restante y una pizca de sal. Amasar todo con las varillas hasta obtener una masa elástica con una superficie brillante. Tapar la fuente con un paño y dejar subir la masa en un lugar cálido durante otros 30 minutos. Engrasar el molde desmontable y ponerlo a enfriar.

## Ingredientes:

500 g Harina de trigo (tipo 55)  
 1/2 Dado de levadura fresca  
 (21 g)  
 100 ml Jarabe de arce  
 50 ml Leche templada  
 1 Lima  
 2-3 Plátanos  
 Sal  
 Mantequilla para el molde  
 200 g Nueces macadamia sala-  
 das (tostadas)

3 Volver a trabajar brevemente la masa, dividir en porciones del tamaño de una pelota de golf y formar bolas. Poner muy juntas las bolas en un molde desmontable y dejar subir la masa tapada otros 30 minutos.

4 Pintar la masa con el jarabe de arce restante. Picar finamente las nueces y espolvorear por encima.

5 Hornear durante 25-30 minutos a 180°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar los panecillos del horno, dejar enfriar un poco, desmoldarlos y dejar enfriar por completo sobre una rejilla de cocina.

## ►► Sugerencias y trucos

*Para realzar la preparación con un toque exótico podrá servir los panecillos de plátano con un vaso de leche de coco. Para ello, mezclar la leche de coco (de lata) a partes iguales con cubitos de hielo. Endulzar, según gusto.*



# Trenza de chocolate con chile

Para 2 unidades | Ligeramente picante 

1 Calentar la leche en un cazo. Picar el chocolate fondant y derretirlo en la leche, removiendo continuamente. Dejar enfriar esta mezcla hasta que esté tibia.

2 Poner la harina en una fuente grande y hacer un hueco en el centro. Poner en éste el azúcar, el chile en polvo y la levadura desmenuzada y verter por encima el chocolate derretido. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 15 minutos.

3 Agregar el huevo, la mantequilla y una pizca de sal e incorporar la harina restante. Amasar todo con las varillas durante al menos 2 minutos hasta obtener una masa elástica con una superficie brillante. Si la masa estuviera excesivamente blanda, incorporar más harina. Dejar subir tapada en un lugar cálido durante 30 minutos.

## Ingredientes:

150 ml Leche  
150 g Chocolate amargo suave  
600 g Harina de trigo (tipo 55)  
1 C Azúcar  
1/2 c Chile en polvo  
1 Dado de levadura fresca (42 g)  
1 Huevo (tamaño medio)  
120 g Mantequilla blanda  
Sal  
Harina para la superficie de trabajo  
1 Yema de huevo (tamaño mediano)  
50 g Nata líquida

4 Volver a trabajar brevemente la masa y dividir en dos porciones. Dividir a éstas en tres partes iguales sobre la encimera enharinada, alargar cada parte de la masa hasta formar un cilindro con una longitud de 25 cm. Hacer una trenza con tres de estas tiras y repulgar los extremos hacia abajo.

5 Poner las trenzas de chocolate sobre una bandeja de repostería. Batir la yema con la nata líquida y pintar con esta mezcla las trenzas. Dejar subir otros 30 minutos.

6 Hornear durante 25–30 minutos a 180°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar del horno y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina.

## ► Sugerencias y trucos

Como acompañamiento podrá servir las trenzas de chocolate con helado de vainilla o de nuez. La versión “chocolatissima” se servirá con helado de chocolate. Cortar la trenza en rebanadas y servir con el helado y almendras en laminillas tostadas.

# Panecillos dulces de Espresso y mantequilla a la vainilla

Para 10 panecillos | Recuerdos de Italia 

- 1 Para la mantequilla a la vainilla: Mezclar removiendo la mantequilla, las semillas de vainilla y el azúcar glas en una fuente, hasta obtener una consistencia espumosa. Verter la mezcla en un bol y poner a enfriar.
- 2 Para la masa: Poner la harina en una fuente y hacer un hueco en el centro. Mezclar la leche condensada con el café Espresso. Disolver la levadura desmenuzada en esta mezcla. Verter todo en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 15 minutos.
- 3 Incorporar la harina restante y una pizca de sal. Amasar todo con las varillas durante al menos 5 minutos hasta obtener una masa elástica con una superficie brillante. Dejar subir tapada en un lugar cálido durante 30 minutos.

## Ingredientes:

### Para la mantequilla a la vainilla:

100 g Mantequilla blanda  
Las semillas de 1 vaina de vainilla  
2 C Azúcar glas

### Para la masa:

500 g Harina de trigo (tipo 55)  
100 ml leche condensada dulce  
200 ml Espresso cargado, templado  
1/2 Dado de levadura fresca (21 g)  
Sal  
80 g Amarettini (galletas almendradas italianas)

- 4 Picar gruesamente las Amarettini e incorporar las migas a la masa. Dividir la masa en 10 porciones iguales y formar bolitas.
- 5 De una hoja de papel manteca, recortar 10 tiras c/u 6 x 30 cm de longitud. Enrollar las bolitas en las tiras y atar flojo con hilo de cocina, puesto que la masa subirá algo. Poner las bolitas sobre una bandeja de repostería y dejar subir otros 30 minutos.
- 6 Hornear durante 20–25 minutos a 180°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar los panecillos del horno y dejar enfriar hasta que estén tibios. Según gusto, abrirlos y servir con mantequilla a la vainilla.

## ► Sugerencias y trucos

*Amarettini son galletitas italianas esponjosas y crujientes a base de almendra. Su nombre se debe al sabor amargo característico por la adición de licor Amaretto. Se sirven con el café o café Espresso.*



# Focaccia

## de cereza al romero

Para 10 panes pequeños | Una variante del pan pita 

1 Para la masa: Poner la harina y el romero en una fuente y hacer un hueco en el centro. Disolver la levadura desmenuzada y el azúcar en la leche. Verter esta mezcla en el hueco hecho en la harina. Recoger algo de harina de los bordes y mezclar con la levadura, hasta obtener una masa de consistencia algo espesa. Tapar la fuente con un paño húmedo y dejar subir la masa en un lugar cálido durante 15 minutos.

2 Lavar las cerezas, secarlas y deshuesarlas. Mezclarlas con el azúcar y reservar. Incorporar la harina restante y  $\frac{1}{2}$  c de sal en la masa y amasar con las varillas no menos de 5 minutos hasta obtener una masa elástica con una superficie brillante. Dejar subir tapada otros 30 minutos.

3 Volver a amasar brevemente la masa y dividirla en 10 porciones iguales. Aplanarlas sobre la encimera enharinada formando círculos de 1 cm de grosor. Colocar las masas sobre una bandeja de repostería.

### Ingredientes:

#### Para la masa:

500 g Harina de trigo (tipo 55)  
1 C Romero picado  
 $\frac{1}{2}$  Dado de levadura fresca (21 g)  
2 C Azúcar  
300 ml Leche templada  
Sal

#### Además:

400 g Cerezas  
2 C Azúcar  
Harina para la superficie de trabajo  
2 C Azúcar glas  
100 g Chocolate blanco

4 Secar las cerezas con papel de cocina y repartirlas sobre las masas, después hundirlas ligeramente en la masa. Espolvorear por encima con azúcar glas y dejar subir otros 30 minutos.

5 Hornear durante 25–30 minutos a 180°C (función Clima, con 1 golpe automático de vapor, 2º nivel de bandeja desde abajo). Retirar los panes focaccia del horno y dejar enfriar sobre una rejilla de cocina. Rallar gruesamente el chocolate y espolvorear por encima de los panes.

### ►► Sugerencias y trucos

*La focaccia dulce se puede preparar opcionalmente con bayas como frambuesas, moras o arándanos. También puede cubrirlas con albaricoques o manzanas cortadas en rodajas.*









# Sabores de España

Mares cálidos o bravíos, valles profundos y altas montañas, campos, sembrados y bosques. Un clima, una geografía y una cultura hacen posible una cocina, la española, variada como sus gentes y regiones, pero con rasgos y características comunes que la convierten en uno de los máximos exponentes de la dieta mediterránea. Con el aceite de oliva por bandera, el ajo, la cebolla y los sofritos, la eterna compañía del vino y del pan, las ensaladas y la fruta, los succulentos potajes y los exquisitos postres, la cocina española destaca por la calidad y la diversidad de sus ingredientes y materias primas y por la creatividad y originalidad a las que éstas dan lugar. Eso nos permite ofrecerte una colección de recetas sencillas y sabrosas, con las que podrás sacar el máximo provecho a tu horno Miele y disfrutar, durante todo el año, de los placeres más saludables de la gastronomía de España.



# Alcachofas al horno

1 Limpiar las alcachofas quitando las hojas duras, el rabo y frotar con limón. Colocar en un recipiente hondo para horno, sazonar e introducir en cada una un diente de ajo picado, la mitad del bacón y añadir un chorro de aceite y un vaso de agua.

2 Llevar al horno programando durante 30 minutos a 180°C (Bóveda y Solera, 2º nivel de bandeja desde abajo)

## **Ingredientes:**

8 Alcachofas grandes  
8 Dientes de ajo  
150 g Bacón  
Aceite de oliva, sal  
1 C de harina de maíz refinada  
Limón y agua

3 Servir las alcachofas en un plato o fuente. Freír en una sartén con aceite el resto del bacón picado. Añadir el caldo de la fuente del horno y un poco de harina de maíz diluida en agua fría, para espesar la salsa. Por último, se salsean las alcachofas y servir.

## ►► Sugerencias y trucos

*Las verduras aportan al organismo un elevado e indispensable contenido en vitaminas y sustancias minerales. Ejercen sobre la sangre un efecto alcalino. Conviene consumirlas lo más frescas posibles, por ello deben elegirse cuando están en temporada y con las hojas bien firmes.*



# Patatas al horno con nata

1 En una fuente de barro resistente al horno poner aceite para que cubra el fondo. Con un trozo de ajo frotar las paredes de la fuente. Picar 3 dientes de ajo y espolvorear todo el fondo de la fuente.

2 Pelar y lavar las patatas cortándolas en rodajas gruesas. Colocar en la fuente. Mezclar la leche con la nata y echar por encima de las patatas.

## *Ingredientes:*

1/2 kilogramo de patatas  
Ajo  
Aceite  
1 Vaso de leche  
2 Vasos de nata líquida  
Sal

3 Dejar estofar en el horno durante 40–50 minutos a 170°C (Aire Caliente, 1º nivel de bandeja desde abajo).

# Pastel de verduras

1 Preparar las verduras y hervirlas separadamente. Colarlas y dejar que se escurran. Batir los huevos con la leche, la sal y nuez moscada.

2 Engrasar un molde de aproximadamente 28 cm de largo. Colocar en el molde las espinacas ligeramente troceadas como primera capa y cubrirlas con una capa de zanahoria y otra capa de guisantes.

## **Ingredientes:**

500 g Espinacas  
250 g Zanahorias cortadas en rodajitas  
250 g Guisantes  
6 Huevos  
250 ml Leche  
Sal  
Nuez moscada

3 Distribuir encima los huevos y la leche.

4 Introducir al horno durante 40–45 minutos a 170–190°C (Aire Caliente, 1º nivel de bandeja desde abajo).

## ►► Sugerencias y trucos

*Las verduras antes de consumirlas, deben ser lavadas profundamente, a fin de eliminar restos de tierra y posibles pesticidas. Su cocción al vapor y consumidas al “dente” es la más correcta, a fin de conservar tanto su sabor, como la mayor parte de sus propiedades dietéticas.*



# Tarta de hojaldre con Roquefort y cebolla caramelizada

- 1 Cortar las cebollas en juliana.
- 2 Freír en sartén hasta que queden transparentes, entonces añadir el azúcar, vinagre y sal. Dejar hasta que caramelicen.
- 3 Colocar en el molde de pizza el hojaldre, pinchar, repartir el queso Roquefort sobre el hojaldre, y cubrir con las cebollas caramelizadas.

## *Ingredientes:*

- 1 Lámina de hojaldre
- 1 kg Cebollas
- 2 C Azúcar moreno
- 4 C Vinagre de Módena
- 150 g Queso Roquefort
- 4 C Aceite de oliva virgen

- 4 Meter al horno durante 20–25 minutos a 170°C (Cocción intensiva, 1º nivel de bandeja desde abajo).
- 5 Servir caliente.

# Sopa castellana

- 1 En cazuela de barro, poner el pan troceado y cubrir con agua caliente.
- 2 En una sartén, freír los ajos en el aceite, añadir el laurel, el tomate frito y el pimentón. Retirar rápidamente del fuego y echar sobre el pan así como la guindilla y el chorizo cortado a rodajas.

## **Ingredientes:**

- 1/4 de kg Pan de hogaza
- 4-6 Dientes de ajo
- 2 Hojas de laurel
- 1 c Corizo de guisar
- 1 Guindilla picante
- 2 C de tomate frito
- 1 c Pimentón rojo dulce
- 4 C Aceite de oliva virgen extra
- 4 Huevos
- Sal
- Agua

- 3 Colocar sobre la rejilla del horno y cocinar durante 1 hora y media a 160°C (Aire Caliente, 1º nivel de bandeja desde abajo).
- 4 Unos minutos antes de finalizar la cocción, escalfar los huevos, dentro de la sopa.

## ►► Sugerencias y trucos

*A esta sopa se le puede añadir al final, cuando ya está servida en las cazuelitas de barro individuales una yema de huevo, y también se pueden desleír dos yemas, para las cuatro raciones, muy reconfortante para los días fríos.*

# Fideuá

1 Calentar el aceite en una cazuela y freír los mariscos, retirar y reservar.

2 En la misma cazuela, freír el calamar troceado, los ajos, y el perejil picado. Añadir el tomate frito y el pimentón, mezclar y echar el caldo de pescado. Cuando rompa a hervir, echar los fideos, el azafrán y los mariscos. Salar.

## **Ingredientes:**

300 g Fideos gruesos  
8 Gambas  
4 Cigalas  
1 Calamar  
4 C de tomate frito  
1 c de postre, de pimentón rojo dulce  
2 Dientes de ajo  
2 l Caldo de pescado  
4 C Aceite de oliva virgen extra  
Azafrán  
Perejil  
Sal

3 Introducir en el horno durante 15 minutos a 220°C (Bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## ►► Sugerencias y trucos

*La pasta es, en palabras del Profesor Grande Covián, “uno de los grandes inventos del hombre en materia de alimentación”*

*En España, la pasta tiene una tradición muy antigua, tan antigua como en Italia, debido al cultivo extendido desde los tiempos más remotos del trigo duro, y a la calidad del mismo, especialmente el de Andalucía, muy idóneo para la elaboración de la pasta.*





# Cochinillo

- 1 Condimentar el cochinillo con sal, salvia y eneldo.
- 2 Colocar en la bandeja del horno con el agua durante 1 hora a 170°C (Bóveda y solera, 2º nivel desde abajo).
- 3 Pasado este tiempo, aumentar la temperatura 30°C y dejar cocinar unos 45 minutos más, hasta que esté bien crujiente.

## **Ingredientes:**

Un cochinillo de un kg y medio aprox.  
4 Dientes de ajo  
4 C Aceite de oliva  
4 C Agua  
2 C Vinagre de Jerez  
Salvia  
Eneldo  
Perejil  
Sal

4 Machacar los ajos y el perejil con el aceite y vinagre, rociar sobre el cochinillo, cuando le falte para terminar 10–15 minutos.

5 Servir muy caliente.

## ►► Sugerencias y trucos

*La digestibilidad del cerdo depende de su contenido en grasa, en el caso del cochinillo, dado su escaso peso y por su alimentación pobre en grasa, su digestión es menos pesada.*

*De todas las carnes comestibles, el cerdo es el más rico en vitamina B1 y además contiene calcio. En contra de lo que se cree, el cerdo no tiene más colesterol que la carne de ternera*

*EL 60% del cerdo se consume como carne y el 40% restante se emplea para embutidos y salazones.*

# Muslo de pollo al horno

1 Quitar la piel a los muslos de pollo, lavarlos y secarlos con papel absorbente. Picar el jamón muy menudo. Limpiar los champiñones, lavarlos y picarlos menudos. Calentar el aceite en una sartén y freír los champiñones 5 minutos a fuego vivo; escurrir.

2 Pelar los dientes de ajo, prensarlos y mezclarlos en un cuenco con la mantequilla, el foie gras, el jamón, los champiñones escurridos, sal pimienta y el pan rallado. Mezclar y hacer una pasta con todo ello. Colocar los muslos de pollo en una fuente refractaria y cubrir con una buena capa del preparado anterior. Regar con el aceite de los champiñones.

## *Ingredientes:*

Muslos de pollo  
Jamón serrano, 50 gramos  
Foie-gras, 50 gramos  
1 Ajo  
1 C Mantequilla  
1 C Aceite  
50 g Champiñón  
1 C Pan rallado  
Sal, al gusto  
Pimienta recién molida,  
al gusto

3 Llevar al horno durante 30–40 minutos a 170°C (Bóveda y Solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

4 Servir los muslos acompañados con patatas al vapor.

# Paletilla a la murciana

1 En una fuente de horno, disponemos la paletilla con sal y pimienta, las verduras, el aceite, el vino y un poco de agua

2 Asar en el horno durante 50–60 minutos a 150°C (Aire Caliente, 1º nivel de bandeja desde abajo)

## *Ingredientes:*

1 Paletilla de cabrito lechal  
1/2 Cebolla  
1 Tomate maduro  
4 C Aceite  
1/2 Vaso de vino blanco  
1 Vaso de agua  
Unos piñones  
1 hoja de laurel  
2 dientes de ajo  
Una rama de perejil  
Sal  
Pimienta recién molida

3 A continuación sacar la paletilla del horno, triturar la verdura y el jugo hasta conseguir una salsa, pasar esta mezcla por el chino y echar por encima de la paletilla. Por último, añadir los piñones y volvemos al horno hasta terminar de dorar.





# Pierna de cordero al horno

- 1 Lavar la pierna, poner sal y dejar en la bandeja del horno.
- 2 Cortar la cebolla y el tomate a rodajas y poner junto con la pierna en la bandeja.
- 3 Pelar las patatas, partirlas por la mitad y agregar.

## *Ingredientes:*

- 1 Pierna de cordero partida en 2
- 1 Cebolla
- 1 Tomate
- 2 Patatas medianas
- 1 Vaso de vino blanco
- 2 Vasos de agua
- 2 C Aceite de oliva
- Sal

- 4 Echar el vino, el agua y el aceite.
- 5 Llevar al horno durante 1 hora y veinte minutos a 160°C (Aire Caliente, 2º nivel de bandeja desde abajo).
- 6 De vez en cuando bañar la pierna con el caldo para que no se reseque.

# Cordero asado

1 Colocar el cordero en una cazuela de barro con la piel hacia abajo. Frotar con los ajos y la manteca y espolvorear con sal gorda. Agregar el agua.

2 Llevar al horno durante 1 hora a 150°C (Aire Caliente, 1º nivel de bandeja desde abajo)

## **Ingredientes:**

1/2 Cordero lechal  
100 g Manteca de cerdo  
2 Dientes de ajo  
1 Vaso de agua  
Sal

3 Rociar de vez en cuando con su propio jugo. Dar la vuelta al cordero y untar por el otro lado con manteca. Subir la temperatura del horno a 250°C y continuar la cocción durante 45 minutos más, o hasta que esté dorado.

4 Servir en la misma cazuela, acompañado de patatas panadera y de una ensalada de lechuga, tomate y cebolla.

## ►► Sugerencias y trucos

*Dietéticamente la carne de cordero es muy nutritiva, pues aporta vitaminas y minerales, especialmente hierro.*

*Lomo, paletilla y, sobre todo, pata son las piezas más adecuadas para asar.*

# Empanada gallega

1 Trocear las cebollas y freírlas en aceite a fuego lento. Cuando estén muy blandas y a punto de dorarse, echar el pimentón, retirar y dejar enfriar.

2 Colocar una de las láminas de hojaldre en la bandeja de pizza, poner encima las cebollas fritas, la salsa de tomate, los pimientos cortados a tiras, el atún desmenuzado y los huevos duros picados.

## **Ingredientes:**

- 2 Láminas de hojaldre refrigerado
- 2 Cebollas grandes
- 1 C de pimentón rojo dulce
- 1 Lata de atún de medio kg
- 2 Huevos duros
- 1 Lata de pimientos del piquillo
- 1/4 de kg de tomate fríto
- 4 C de aceite de oliva
- 1 Huevo para pintar

3 Tapar con la otra lámina de hojaldre, cerrando bien todo alrededor y pintar con el huevo semibatido.

4 Colocar sobre la rejilla del horno durante 30–35 minutos a 170°C (Cocción intensiva, 1º nivel de bandeja desde abajo).

## ►► Sugerencias y trucos

*Otra fórmula para la masa:  
Una taza de las café, de leche,  
la misma cantidad de aceite y  
la misma de vino blanco, una  
cucharada de vinagre, sal y  
la harina que admita, un kg.  
aproximadamente.*

*Es importante estirar bien la  
masa para que quede muy fina.*





# Bacalao con pimientos

- 1 Poner al fuego una sartén con un poco de aceite, cuando esté templado, saltear y sazonar con sal, unos pimientos cortados a tiras, una cebolla y un diente de ajo.
- 2 Colocar este sofrito, por encima de los filetes de pescado.

## **Ingredientes:**

Filetes de Bacalao  
Pimiento verde  
Pimientos rojos  
Cebolla  
1 Diente de ajo  
Un chorrito de aceite de oliva  
Una pizca de sal

- 3 Llevar al horno durante 10 minutos a 180°C (Bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## ►► Sugerencias y trucos

*El bacalao llegó a España en el año 1500, al descubrir un portugués los bancos de Terranova. Su facilidad de conservación y su abundancia permitieron que se popularizara rápidamente, convirtiéndose en alimento base para los rígidos ayunos de cuaresma.*

# Dorada a la sal

1 Tapizar la bandeja del horno con sal gorda humedecida. Untar toda la dorada con aceite y colocar encima de la sal. Cubrir totalmente con el resto de la sal, también humedecida.

2 Cocinar en el horno durante 30–35 minutos a 220°C (Bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## **Ingredientes:**

1 Dorada grande  
(para cuatro personas)

3 kgs. de sal gorda

Aceite para untar

## **Para la salsa:**

6 C de aceite de oliva virgen  
extra

6 C de zumo de limón

2–3 Dientes de ajo

3 Hacer la salsa picando el ajo muy pequeño, poner en una salsera y echar el aceite, el zumo de limón y batir con un tenedor, hasta que quede homogénea.

4 Servir la dorada, desprovista de la sal, cortada en filetes, con la salsa aparte.

# Gambas al ajillo

- 1 Pelar las gambas y secarlas con un paño. Pelar y picar el ajo, y machacar las guindillas.
- 2 Calentar el aceite en una cazuela de barro baja. Añadir gambas, ajo, guindillas y perejil, salar, y tapar la cazuela.

## **Ingredientes:**

- 8 Gambas frescas
- 2 Dientes de ajo
- 2 Guindillas (frescas o secas)
- 2 C Perejil picado
- 50 ml Aceite de oliva
- Sal

- 3 Llevar al horno durante 15 minutos a 180°C (Bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).
- 4 Darle la vuelta a las gambas a la mitad del tiempo de cocción.
- 5 Servir en la misma cazuela.

## ►► Sugerencias y trucos

*Es conveniente cocerlas siempre muy poco tiempo, pues si se hace en exceso la carne resulta dura e insípida.*

*Cada marisco tiene su propio tiempo de cocción, que deberá conocerse y respetarse, el tiempo va en proporción al tamaño.*





# Lubina a la Sal

- 1 Humedecer la sal con el agua. Poner aproximadamente  $\frac{2}{3}$  de la masa de sal gorda en una bandeja de repostería.
- 2 Colocar el pescado limpio encima y untar toda la lubina con aceite de oliva.
- 3 Poner el resto de sal bien encima y apretar bien en todos los lados.

## **Ingredientes:**

- 1 Lubina
- 3 kg. Sal gorda
- 200 ml Agua
- 2 C Aceite de oliva

## **Salsa:**

- Zumo de limón
- 2 Dientes de ajo
- 6 C Aceite de oliva

- 4 Precalentar el horno. Cocinar el pescado en el horno a 220°C durante 40–50 minutos (Bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo)
- 5 Hacer la salsa picando el ajo muy pequeñito, poner en una salsera y echar el aceite, el zumo de limón y batir con un tenedor, hasta que quede homogénea.
- 6 Servir la lubina, desprovista de la sal, cortada en filetes, con la salsa aparte.

Rezept muss noch ergänzt werden



# Lubina a la bilbaina

1 Abrir la lubina con un corte en horizontal para sacar la espina central y quitar la humedad con un paño (este paso no lo pueden hacer en la pescadería).

2 Después untar la pieza con un poco de aceite, zumo de limón y sal y dejar macerar durante una hora.

## *Ingredientes:*

1 Lubina de 1 kilo aprx.  
6/8 dientes de ajo  
1 Limón  
Guindillas  
3 dl. Aceite de oliva

3 Llevar al horno durante 20–25 minutos a 200°C (Bovéda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

4 Después colocar en una fuente y se rociar con los ajos fileteados que previamente hemos frito en la sartén con el aceite y las guindillas. Sazonar y añadir zumo de limón y servir.

# Filetes de salmon al limon

1 Poner los filetes de pescado sobre una bandeja plana, rociar con gotas de limón y sazonar con sal y pimienta.

2 Repartir por encima de los filetes copitos de mantequilla. Colocar sobre cada uno una hoja de eneldo.

## *Ingredientes:*

4 filetes de salmón  
2 cucharadas de zumo de limón  
Sal, pimienta  
30 g de mantequilla  
4 hojas de eneldo

3 Llevar al horno durante 15 minutos a 150°C (Aire Caliente, 1º nivel de bandeja desde abajo).



# Merluza en salsa verde

- 1 En una sartén, dorar los ajos laminados.
- 2 A continuación colocar los lomos de merluza y las almejas en una fuente de horno.
- 3 Echar los ajos con el aceite por encima y salar.
- 4 Espolvorear con la harina y regar con el caldo bien caliente y abundante perejil bien picado.

## **Ingredientes:**

- 4 Lomos de merluza de unos 250 g cada uno
- $\frac{1}{4}$  kg Almejas
- 2 Dientes de ajo
- $\frac{1}{4}$  l Caldo de pescado
- 1 C Harina
- Perejil
- Aceite de oliva
- Sal

- 5 Mezclar moviendo bien la fuente para que se integren todos los ingredientes.
- 6 Meter al horno durante 10–14 minutos a 180°C (Bóveda y solera, 2º nivel de bandeja desde abajo).

## ►► Sugerencias y trucos

*El pescado suele tener menos proteínas que la carne, por el contrario es más digestivo, con un alto valor nutritivo y muy rico en fósforo y yodo.*

*El pescado es necesario y conveniente para una correcta alimentación.*



# Besugo al limon con puré de patatas y cebolla

*Para 4 personas*

- 1 Pelar las patatas y cortarlas en rodajas de 2–3 mm. Pelar las cebollas y cortarlas en juliana. Extender las patatas en una placa de horno, cubrirlas con la cebolla, salpimentar y rociar con el aceite.
- 2 Llevar al horno durante 30 minutos a 180°C (Bóveda y Solera, 1º nivel de bandeja desde abajo).
- 3 Lavar el limón, cortar 2 rodajas y reservar el resto. Lavar los besugos por dentro y fuera, secarlos y llenar el vientre con el hinojo. Hacer 2 cortes en diagonal sobre uno de los lomos de cada besugo e introducir en cada uno media rodaja de limón.
- 4 Colocar el pescado sobre las patatas y la cebolla ya cocidas, regarlo con el zumo de limón restante y prolongar la cocción 25–30 minutos.

## **Ingredientes:**

- 2 Besugos de unos 600–700 g cada uno
- 300 Patatas
- 2 Cebollas
- 1 Limón
- 3 C Aceite de oliva
- Unas ramitas de hinojo fresco
- Sal y pimienta

- 5 Retirar la preparación del horno y traspasar el pescado a una fuente. Triturar las patatas con la cebolla para obtener un buen puré bien fino, añadir el zumo de cocción filtrado de la fuente y rectificar de sal y pimienta.
- 6 Finalmente limpiar el pescado para obtener únicamente los lomos del mismo y servir inmediatamente junto con el puré como guarnición.

# Mero en costra de brioche

## con sofrito de tomate y ensalada de patata y puerro

*Para 4 personas*

- 1 Salar los lomos de mero. Colocar en una fuente refractaria.
- 2 Llevar al horno durante 12–15 minutos a 190°C (Bóveda y solera, 3º nivel de bandeja desde abajo).
- 3 Sacar del horno y sobre cada una repartir una cucharada de sofrito de tomate y sobre este, una costrita de brioche.

### ***Ingredientes:***

- 4 Lomos de Mero de 160 g aproximadamente
- 4 Planchitas de costra de brioche
- 80 g Sofrito de tomate
- 4 Patatas cocidas, peladas y cortadas en medallones
- 12 medallones de puerros cocidos
- 50 g Vinagreta
- 50 g Aceite de oliva
- Sal y pimienta

- 4 A continuación programar el grill a 200°C. Y dejar hasta que esté dorado, en el mismo listón.
- 5 Mientras tanto en una bandejita entibiar el puerro y las patatas aliñadas con la vinagreta y la sal. Sobre el centro colocar las raciones de pescado. Rociamos con aceite y servimos.



# Flan

- 1 Caramelizar el molde, fondo y paredes.
- 2 Calentar la leche con la corteza del limón.
- 3 En un recipiente hondo, batir los huevos enteros con las yemas, azúcar y añadir la leche colada.

## *Ingredientes:*

1/2 litro Leche  
4 Huevos  
2 Yemas  
4 C Azúcar  
Corteza de un limón  
Una flanera  
Caramelo para el molde

- 4 Verter en la flanera y llevar al horno al “baño maría” durante 35–45 minutos, dependiendo del molde a 180°C (Aire Caliente, 1º nivel bandeja desde abajo).
- 5 Desmoldar una vez frío.



# Manzanas asadas a la sidra

- 1 Cortar la parte de arriba de las manzanas y sacar el corazón a continuación colocar en una cazuela de barro honda.
- 2 Echar una cucharada de azúcar en cada hueco y la sidra en la cazuela.

## *Ingredientes:*

- 8 Manzanas reinetas o Golden
- 8 C azúcar moreno
- 1/2 litro Sidra
- 8 Guindas rojas
- 8 Hojas de menta

- 3 Llevar al horno durante 50–60 minutos a 170°C (Aire Caliente, 1º nivel de bandeja desde abajo).
- 4 Retirar y adornar con la guinda y una hoja de menta en el centro.

# Tarta de Santiago

1 Batir los huevos y el azúcar hasta que blanqueen. Añadir la harina, la leche, mantequilla derretida, la ralladura del limón, las almendras molidas y las 3 cucharadas de agua.

2 Echar en un molde bajo, espolvoreado con harina.

## *Ingredientes:*

200 g de harina  
6 Huevos  
200 c/c de leche  
150 g Mantequilla  
300 g Almendras molidas  
300 g Azúcar  
Ralladura de un limón  
3 C Agua  
Azúcar gras

3 Hornear durante 25–30 minutos a 180°C (Aire Caliente, 1º nivel de bandeja desde abajo).

4 Sacar, desmoldar y espolvorear con el azúcar glas.



# Pastel de mus de chocolate

1 Preparar en primer lugar la base de bizcocho. Batir las yemas con el azúcar hasta que están cremosas y blanquecinas; añadir el chocolate, previamente fundido y la almendra molida, mezclar bien e incorporar las claras montadas a punto de nieve.

2 Verter la masa preparada en un molde enharinado y llevar al horno durante 25–30 minutos a 180°C (Aire Caliente, 1º nivel de bandeja desde abajo).

3 Mientras, preparar la Mousse para ello batir las yemas con el azúcar y mezclarlas con el chocolate fundido. Dejar las hojas de gelatina en remojo en agua fría durante 5 min. Después, escurrirlas, calentarlas en agua hasta que estén disueltas y añadirlas a la mezcla anterior. Incorporar la nata y las claras montadas a punto de nieve, removiendo la mezcla con mucho cuidado.

## *Ingredientes:*

### **Para la base de bizcocho:**

100 g Chocolate Nestlé postres  
100 g Azúcar  
100 g Almendras molidas  
3 huevos  
Mantequilla  
Harina

### **Para la mousse:**

100 g Chocolate Nestlé postres  
200 g Nata montada  
100 g de azúcar  
3 Huevos  
3 Hojas de gelatina  
Cacao en polvo

4 Verter la mousse de chocolate en el molde, sobre la masa de bizcocho fría, alisar la superficie con una espátula.

5 Dejar enfriar en el frigorífico de 2 a 3 horas.

6 Finalmente, desmoldar el pastel y servirlo espolvoreando con cacao en polvo.



# Bizcocho San Silvestre

1 Triturar 50 g de almendras hasta reducirlas a polvo. Batir los huevos con el azúcar hasta que aumente el volumen y quede espumoso. Añadir la harina tamizada con 50 g de cacao amargo y la levadura. Incorporar las almendras. Añadir la mantequilla fundida, en forma de hilo. Verter la mezcla en el molde engrasado y enharinado.

2 Hornear durante 35–40 minutos a 180°C (1º nivel del bandeja desde abajo).

3 Retirar el molde del horno, rociar el bizcocho, aún caliente, con el ron y dejar enfriar completamente.

## *Ingredientes:*

180 g Harina  
180 g Azúcar  
6 Huevos  
150 g Mantequilla  
100 g Cacao amargo  
125 g Almendra pelada  
1 C Levadura en polvo  
 $\frac{1}{2}$  taza Ron  
3 C Mermelada de albaricoque

4 Picar ligeramente las almendras restantes. Cortar 6 tiras de papel vegetal de 2 centímetros de ancho y 25 de largo. Desmoldar el bizcocho sobre la superficie de trabajo y colocar encima las tiras de papel formando rombos.

5 Espolvorear la superficie con el cacao amargo restante, pasado a través de un colador y retirar con cuidado las tiras de papel. Con ayuda de una brocha, distribuir la mermelada de albaricoque en los espacios libres y en todo el borde del bizcocho y cubrir con las almendras picadas.





**BAÑO DE HIELO (AGUA FRÍA)**

Colocar una fuente de metal con la crema o la salsa dentro de un recipiente más grande que se habrá llenado de agua fría (con cubitos de hielo) y remover hasta que se haya enfriado a la temperatura deseada antes de utilizar la preparación para ulteriores procesos de cocción.

**BAÑO MARÍA**

Disponer un recipiente con los alimentos dentro de un recipiente de mayor tamaño que se habrá llenado en parte con agua caliente o hirviendo. Sirve, por ejemplo, para mantener caliente chocolate derretido, cremas delicadas, sopas, o para batir salsas; o para cocinar ciertos platos: por ejemplo, hornear puddings, bizcochos, flanes... En muchos platos, el baño maría no debe de superar cierta temperatura para evitar que los alimentos cuajen o se corten. Para enfriar cremas se utiliza un baño de hielo o de agua fría (véase baño de hielo).

**BATIR/MONTAR**

Con ayuda de la batidora de varillas, batir la mantequilla fría cortada en dados o nata para incorporarla en sopas, salsas, cremas y purés, dotándolos de una consistencia especialmente cremosa y esponjosa.

**BLANQUEAR**

Sumergir el alimento (p. ej., verduras) brevemente (máx. 5 minutos) en agua (salada) hirviendo y, a continuación, refrescar en agua fría (helada) para parar la cocción. Los alimentos fijan su color y se mantienen crujientes, también resulta más fácil pelarlos. El blanqueado permite congelar los alimentos durante más tiempo.

**CARAMELIZAR**

Mezclar el azúcar con un poco de agua y calentar hasta obtener un jarabe marrón, o derretir el azúcar sin agua en una sartén o un cazo hasta que tome color. También se pueden caramelizar frutas o verduras y otros alimentos, espolvoreando encima azúcar (glas) y poniendo éstos en una sartén o debajo el grill hasta que se derrita el azúcar.

**COCCIÓN CIEGA**

Horneado previo de bases de pastaflora sin relleno, para evitar que la base se moje en el posterior horneado. Para mantener la forma de la masa y para evitar que suba excesivamente, se extiende por encima papel manteca con leguminosas (p. ej., lentejas, guisantes o habas).

**DESGLASAR/DESGLACEAR**

Diluir el jugo concentrado que queda en la cazuela después de la cocción de verduras, carne, roux, caramelo, etc. agregando líquido frío o caliente (p. ej., agua, caldo, vino o leche).

**DESLEÍR**

Añadir un líquido o alguna preparación para que no se formen grumos en la harina, se corten las yemas. etc. Por ejemplo, para hacer una ligazón (véase ligar) se mezcla primero una parte del líquido con harina o almidón, antes de verter esa mezcla en la salsa o sopa.

**ESCALDAR**

Verter o sumergir brevemente en agua hirviendo verduras (p. ej., tomates), frutas (p. ej., albaricoque, melocotón) para facilitar su pelado (ver Blanquear).

**ESTOFAR**

Los alimentos rehogados (sobre todo, carne y verduras) se cuecen en un recipiente tapado y a fuego lento en la placa o en el horno. Durante el proceso se rocían repetidas veces (p. ej., con caldo, fondo, su propio jugo), pero sin quedar nunca completamente sumergidos en el líquido de cocción.

**FREÍR**

Freír en un baño de grasa (aceite o manteca) a una temperatura máxima de 180° C trozos de carne, pescado, verduras o frutas (con o sin rebosado). Para este proceso es ideal una freidora.

**GLASEAR**

Cubrir carne, pescado o verduras con un líquido poco denso que queda brillante al solidificarse. Se puede hacer con azúcar derretido, chocolate fondant o el propio jugo de cocción. El glaseado dota a los alimentos de un bonito brillo, a la vez que refuerza el sabor de los mismos.

**GRATINAR**

Espolvorear sobre alimentos salados o dulces pan rallado, queso rallado o copitos de mantequilla o verter por encima huevo mezclado con leche y/o queso y calentar al horno a fuego vivo o bajo el grill hasta que estén dorados y tengan una costra crujiente.

**HARINA (CLASES)**

Existen diversos tipos de harina cuya clasificación se refiere al grado de extracción (es decir, por el residuo de cenizas que queda en una prueba específica), y en definitiva, “lo blanca” que queda. No existe una tipología unificada a nivel europeo. En España se utilizan las designaciones por su grado de extracción, T-45, T-55, T-70 y T-75. En algunos recetarios nos encontramos con indicaciones que utilizan la tipología alemana por números (indicado a continuación entre paréntesis). La harina blanca habitual de trigo del tipo 45 (405) es ideal para la repostería. La harina blanca con más fuerza (“harina de fuerza”) del tipo 55 (550), se usa para pan y repostería que queremos que suba. La harina integral más oscura (1050) se utiliza para pastaflores y masas trabajadas de levadura. La harina de centeno (1150) es ideal para mezclas con harina de trigo y se utiliza para panes fuertes. Salvo otra indicación, para las recetas del presente libro utilizaremos la harina blanca normal del tipo 45 según la clasificación española.

**LIGAR/LIGAZÓN**

Espesar líquidos (p. ej., fondos de cocción, sopas, salsas, etc.) incorporando almidón (maicena) o harina. Primero se mezcla el almidón o la harina con algún líquido frío (agua), removiendo hasta que no queden grumos. La mezcla se vierte en la sopa o salsa y se cuece unos instantes. También se ligan las salsas con mantequilla cruda, añadida poco antes de finalizar la cocción y batida hasta espesar la salsa.

**MARINAR**

Colocar carnes, aves o pescados – antes de asarlos, prepararlos al grill o freírlos – para aromatizarlos o ablandarlos por horas o días, en una mezcla, p. ej., de aceite, vinagre o limón, sal, especias o finas hierbas.

**PASAR POR EL TAMIZ**

Pasar una sopa, salsa o un puré por un tamiz fino para refinarla, eliminando los grumos o trozos que quedan de la cocción.

**REDUCIR**

Hacer hervir en el cazo o en la sartén a fuego vivo y sin tapar un fondo, un caldo, una sopa o una salsa hasta lograr que tenga el espesor deseado. Sirve para obtener un concentrado sabroso.

**REFRESCAR**

Verter encima de un alimento o sumergirlo, después de haberlo blanqueado, en agua helada para detener la cocción. En el caso de la pasta y del arroz se evita así que se apelmacen. Los huevos, tomates, albaricoques y similares resultan más fáciles de pelar y las hortalizas (verdes) conservan su color.

**REHOGAR**

Freír un alimento en manteca o aceite, a fuego lento, en cacerola o en sartén, antes de añadirle el agua o caldo para acabar de guisarlo.

**SAL**

La sal común o de mesa – cuyo nombre químico es cloruro sódico – refuerza el sabor propio de los alimentos. A menudo se utiliza sal marina que es extraída del agua de mar en salinas mediante evaporación y que contiene, aparte de cloruro sódico, aproximadamente un 2% de minerales y oligoelementos como calcio, magnesio, flúor y yodo.

**SALTEAR**

Cocer en sartén y sobre fuego vivo un alimento, dándole vueltas por medio de sacudidas o movimientos, pero sin emplear cucharas ni espumaderas o similares.

**SOFREÍR**

Cocinar a fuego lento – removiendo – verduras, carne, pescado o aves, con poca grasa, sin que tomen color.

**TOSTAR**

Dorar un alimento (p. ej., nueces, pan, cebolla) sin adición de grasa o líquidos a fuego vivo en una sartén, en el horno o en la tostadora.

**TRINCHAR**

Cortar convenientemente la carne, el pescado o las aves, en porciones o trozos antes de servir. Lo más fácil es disponer la pieza sobre una tabla de madera y cortarla con un cuchillo (trinchante) puntiagudo y afilado.

|   |     |   |     |
|---|-----|---|-----|
| Alcachofas al horno   | 228 | Clafutis de frambuesa con piñones   | 156 |
| Aleta de ternera rellena con panceta y canelones de apio                        | 84  | Cochinillo  | 236 |
| Asado de cerdo crujiente, con puré de verduras y rollo de pan                   | 74  | Cochinillo con dátiles al tomillo y tomates al horno                      | 72  |
| Atún crujiente “en croûte” con chutney de mango                                 | 22  | Confit de pato con canela y salsa de cítricos                             | 60  |
| Bacalao con pimientos   | 244 | Cordero asado   | 241 |
| Bacalao con mejillones al azafrán, en papillote                                 | 36  | Cordero asado con costra crocante y verduras al vinagre balsámico         | 96  |
| Baguettes con rellenos variados   | 208 | Corona con frutas del bosque  | 150 |
| Baklava con higos al vino tinto y adormidera                                    | 181 | Costillas adobadas con costra de rábano picante y risotto                 | 73  |
| Plátano al horno en pasta brick, con salsa criolla                              | 142 | Crema catalana al jazmín con naranjas especiadas                          | 136 |
| Besugo al limón con puré de patatas y cebolla                                   | 254 | Crêpes gratinados con relleno de requesón y limas                         | 144 |
| Biscotti de piñones con albaricoques  | 196 | Curry a la tailandesa con piña y tomate                                   | 56  |
| Biscuit a la genovesa con crème brûlée  | 162 | Dorada a la sal   | 245 |
| Biscuit de almendras con crema de saúco   | 160 | Dorada en costra de sal marina con salsa de lima y alcaparras             | 32  |
| Bizcocho de almendras con queso Ricotta con cobertura de chocolate amargo suave | 154 | Eclairs aromatizados con mousse de café                                   | 188 |
| Bizcocho de chocolate con merengue de frambuesa                                 | 138 | Empanada gallega  | 242 |
| Bizcocho de San Silvestre   | 262 | Empanada de pata de ternera salada con ensalada de rabanitos              | 83  |
| Bizcocho de zanahorias con sésamo crocante                                      | 152 | Entrecot con salsa de estragón y mostaza                                  | 86  |
| Bogavante gratinado con crema de apio y mantequilla a la vainilla               | 43  | Entrecots (lomo alto) de ternera en costra de gambas, con puré de patatas | 80  |
| Bolas horneadas con relleno de toffee, con crema de bayas                       | 135 | Estofado de buey con costra de ajo de oso y cebollas perla                | 88  |
| Brioche de manzana con castañas   | 174 | Fideua  | 234 |
| Brioche con jarabe de hierba limón  | 175 | Filetes de salmón al limón  | 251 |
| Brochetas de gambas con apio, al jengibre                                       | 20  | Filetes de ternera con crema de calabaza y espinacas                      | 26  |
| Buñuelos de viento con relleno de crema de naranja caramelizada                 | 190 | Flammkuchen (Tarta alsaciana, con cebolla blanca y sal especiada)         | 24  |
| Calamares rellenos al jengibre con salsa de tamarindo                           | 44  | Flan  | 256 |
| Canelones con relleno de radicchio y cebolla con queso Ricotta                  | 115 | Focaccia con queso de cabra y almendras                                   | 212 |
| Caracolas de pan con pesto de perejil y berenjenas                              | 216 | Focaccia de cereza al romero  | 224 |
| Cebolla rellena con ratatouille (pisto) y pan de pizza                          | 123 | Gambas al ajillo  | 246 |
| Chapata rellena con tomates y jamón de Parma                                    | 214 | Goulash de carpa al estilo húngaro  | 38  |
| Chocolate fondant con sorbete de Kombucha                                       | 134 | Goulash de jabalí con migas al tomillo y lasaña de setas                  | 101 |

|   |     |  |     |
|---|-----|--|-----|
| Goulash picante de cerdo con nata agria y pudding de pan a las finas hierbas  | 78  | Panecillos dulces de Espresso y mantequilla a la vainilla                          | 223 |
| Higos al horno, con mascarpone y jamón de San Daniele                         | 17  | Panecillos hechos en lata, con cebolla y mejorana                                  | 219 |
| Hojas de strudel con melocotón y mousse de chocolate blanco                   | 132 | Panini con verduras al grill y queso mozzarella                                    | 18  |
| Jamón de cerdo glaseado con miel y chucrut con piña                           | 76  | Pargo del Golfo en hoja de banana con salsa de tres aromas                         | 39  |
| Lasaña de calabaza con carne de ternera y piñones                             | 114 | Pastel de calabaza con ensalada picante de naranjas y sésamo                       | 118 |
| Lomo de corzo en costra de pan con mousse de manzana asada                    | 98  | Pastel de calabaza con nueces pecan y jengibre confitado                           | 169 |
| Lubina a la bilbaina  | 250 | Pastel de hojaldre con crema pastelera al romero con limón escarchado              | 176 |
| Lubina a la Sal   | 248 | Pastel de macarrones con tomates, setas y queso Taleggio                           | 111 |
| Magret de pato con apio y albóndigas de sémola con relleno de frambuesa       | 58  | Pastel de orechiette con brócolis y migas de chile                                 | 110 |
| Manzanas asadas a la sidra  | 258 | Pastel de patatas en capas, sobre lecho de setas con cebolletas                    | 107 |
| Merluza en salsa verde  | 252 | Pastel de mus de chocolate   | 260 |
| Mero en costra de brioche con sofrito de tomate y ensalada de patata y puerro | 255 | Pastel de rigatoni con antipasti a la boloñesa                                     | 112 |
| Mini-Panettone con arándanos rojos  | 172 | Pastel de verduras   | 231 |
| Muslos de ganso con cocas de pera y cebolla                                   | 66  | Pastel en capas con fresas   | 140 |
| Muslos de pavo con salsa verde y verduras asadas al grill                     | 55  | Pastelitos de maracuyá con almendras y jarabe de vainilla                          | 192 |
| Muslos de pollo al horno  | 237 | Patatas al horno con nata  | 230 |
| Ossobuco de cordero, con coco, tomates y cilantro                             | 94  | Patatas al horno sobre sal marina, con remolacha, robellones y berenjena           | 104 |
| Paletilla a la murciana   | 238 | Pato entero al jengibre con repollo caramelizado a la naranja                      | 61  |
| Pan de nueces con jarabe de arce  | 210 | Pato lacado a la pekinesa con Pak-Choi y ensalada de mango al cilantro             | 62  |
| Pan de patata con comino  | 211 | Pava joven con relleno de calabaza y vinagreta de arándano rojo con jarabe de arce | 54  |
| Pan de trigo y centeno con 5 especias   | 207 | Pechuga de ganso estofada, con ensalada de manzana y apio                          | 64  |
| Pan rústico con sal marina gruesa   | 215 | Pierna de cordero al horno   | 240 |
| Pan rústico de masa madre con harina de centeno                               | 204 | Pierna de cordero asada con ajo caramelizado                                       | 95  |
| Panecillos con cerveza negra y semillas de anís                               | 206 | Pierna de corzo con jengibre frito   | 100 |
| Panecillos de higo al romero hecha en taza                                    | 218 | Pimientos rellenos con cuscús y chutney de limón                                   | 124 |
| Panecillos de plátano con nueces de macadamia                                 | 220 | Pintada tailandesa con ensalada de aguacate y pomelo                               | 51  |



|  |     |   |     |
|--|-----|---|-----|
| Pizza con espárragos, con ajo de oso y queso fresco                                | 116 | Strudel de manzana, con galletas de mantequilla y almendras       | 184 |
| Pizza con salami al hinojo y queso Scamorza  | 25  | Strudel de quark con ruibarbo                                     | 186 |
| Plátano al horno en pasta brick, con salsa criolla                                 | 142 | Strudel de salsiccia con remolacha y salsa de mostaza con higos   | 77  |
| Pollitos de corral “en croûte” con limas y pepinos al cilantro                     | 52  | Tarta de hojaldre con Roquefort y cebolla caramelizada            | 232 |
| Pollo de corral en papillote, con migas de bacon y perejil                         | 48  | Tarta criolla con mango y nueces pecan                            | 158 |
| Popietas de carne asada al estilo italiano con frutas en vinagre y cebolla tostada | 89  | Tarta crujiente con crema de asperilla olorosa                    | 153 |
| Popietas de escorpina con cebolletas y pan de ajo                                  | 40  | Tarta de chocolate a la Sacher con jengibre confitado             | 163 |
| Pudding de pan con verduras estofadas y mantequilla al levístico                   | 106 | Tarta de hojaldre con melocotón y albaricoque cocidos             | 182 |
| Pudding de patatas con salmón al chile, hinojo y costra de pan                     | 108 | Tarta de Latte macchiato con mazapán                              | 164 |
| Pularda asada con chorizo y patatas hervidas                                       | 50  | Tarta de maracuyá con arroz con leche y azúcar cande caramelizado | 170 |
| Pulpo con puré de patatas  | 42  | Tarta de masa cocida con crema Cassata                            | 191 |
| Quiche de zanahorias con ensalada de manzana y cilantro                            | 14  | Tarta de queso fresco al coco con mango                           | 168 |
| Rabo de buey con robellones  | 92  | Tarta de Santiago   | 259 |
| Ragú de conejo envuelto en hojaldre con sal de romero con naranja                  | 120 | Tarta de tomate con yogur y migas crujientes de parmesano         | 122 |
| Ragú de ganso en costra de pan   | 65  | Tarta Tatin de piña con pesto de cacahuete                        | 145 |
| Rubias con cacahuetes  | 195 | Tartaletas con yogur con arándanos y muesli crocante              | 194 |
| Salvelino (Trucha alpina o trucha ártica) relleno a la Toscana                     | 34  | Tartaletas de Moscato d’Asti con grosellas                        | 128 |
| Shortbread con praliné de nuez   | 198 | Tartaletas picantes de manzana con foie gras de pato y rúcula     | 16  |
| Solomillo rosa con cebada mondada al vino tinto con vainilla                       | 90  | Tartitas de pera caramelizada con yogur griego                    | 180 |
| Solomillos de cerdo glaseados, con albaricoque y apio                              | 70  | Ternera con cebolla rellena a las finas hierbas                   | 82  |
| Sopa Castellana  | 233 | Ternera con crema de calabaza y espinacas                         | 26  |
| Soufflé de pan Pumpnickel con picotas al tomillo y miel                            | 141 | “Torrone” con higos gratinados con frutas de verano               | 130 |
| Soufflé de quark a la vainilla, con arándanos y brioche                            | 131 | Tortilla con trucha ahumada y berros                              | 21  |
| Strudel con cerezas y arroz con leche y praliné                                    | 187 | Tortitas de toffee a la vainilla con almendras tostadas           | 166 |
| Strudel crujiente de gambas, con ensalada de tomate a la albahaca y alioli         | 30  | Trenza de chocolate con chile                                     | 222 |
| Strudel de batata y apio con pesto de albahaca y hierba buena                      | 119 | Triángulos de hojaldre con ruibarbo y frangipan                   | 178 |
|  |     | Trucha asalmonada con polenta a la almendra y espárragos verdes   | 33  |

F U E N T E F O T O G R Á F I C A :

Foto de portada: Susie Eising  
pp. 7, 8, 9, 10: Miele; p. 11 izq.: Miele; q. 11 dcha.  
abajo: StockFood/Viennaslide/Richter;  
pp. 148–149, 202–203: StockFood/  
Foodphotography Eising