

ARROZ CON PATA DE TERNERA Y GARBANZOS

PARA EL CALDO

Ingredientes:

2 kg. de pata de ternera
300 gr. de cebolla
300 gr. de tomate
150 gr. de zanahoria
300 gr. de puerro
250 ml. de vino tinto
500 gr. de costilla de cerdo
500 gr. de huesos de caña de ternera (con tuétano)
5 L. de agua
150 ml. de aceite de oliva virgen extra

Elaboración:

Dorar las costillas y los huesos en el horno a 220°C.
Saltear las verduras cortadas a mirepoix con el aceite hasta que tengan un color muy oscuro, desglasar con el vino. Añadir el agua, la costilla, los huesos y la pata, cocer a fuego lento durante 4 horas.
Colar, deshuesar la pata y cortarla en trocitos pequeños. Reservar el caldo, el resultado será aproximadamente 1 litro.

PARA LOS POLVOS DE CHISTORRA Y MORCILLA

Ingredientes:

200 gr. de chistorra
100 gr. de morcilla

Elaboración:

Calentar los embutidos por separado para poder desgrasar y desmigalar con mayor facilidad. Secar en el horno a 50°C durante 8 horas. Triturar hasta conseguir los polvos.

PARA LA SALMORRETA

Ingredientes:

250 gr. de ñora limpia
150 gr. de ajo pelado
250 gr. de tomate maduro
600 ml. de agua
100 ml. de aceite de oliva extra para freír

Elaboración:

Escaldar las ñoras en el aceite a 150°C, freír en el mismo aceite los ajos. Hornear los tomates a 180°C durante 10 min. Triturar todo en la thermomix con el agua.

PARA EL AGUA DE AZAFRÁN**Ingredientes:**

250 ml. de agua
1 gr. de azafrán hebra

Elaboración:

Infusionar a 65°C durante 4 horas.

PARA EL ARROZ**Ingredientes:**

320 gr. de arroz variedad bahía
960 ml. de caldo de pata
300 gr. de pata troceada en brunoise
60 ml. de agua de azafrán
60 ml. de aceite de oliva virgen extra
40 gr. de salmorreta
150 gr. de garbanzos hervidos
5 gr. de sal fina
2 gr. de pimienta negra
Polvos de chistorra y morcilla

Elaboración:

Calentar al aceite en una paella, añadir el arroz y enseguida el agua de azafran, remover y añadir el caldo hirviendo con la salmorreta, los garbanzos, la pata y la sal. Cuando arranque a hervir, introducir en el horno y cocer 15 min a 180°. Transcurrido este tiempo secar al fuego hasta conseguir el socarrat. Emplatar espolvoreando el arroz con los polvos de morcilla y chistorra y poner el socarrat por encima

ARROZ CON PLANCTON, VAINAS Y COCOCHAS DE MERLUZA**PARA EL FUMET BLANCO****Ingredientes:**

500 gr. de espina de rape y merluza
10 gr. de alga kombu
2 L. de agua

Elaboración:

Remojar el kombu durante 30 minutos. Poner en una olla con las espinas bien lavadas y el agua. Cuando rompa a hervir quitar las impurezas y cocer a fuego lento durante 2 horas y colar.

PARA EL ARROZ

Ingredientes:

320 gr. de arroz carnaroli envejecido
800 ml. de fumet blanco
80 ml. de aceite de oliva virgen extra
40 gr. de calabacín
40 gr. de judía plana
40 gr. de espárragos
6 gr. de plancton de merluza
200 gr. de cocochas de merluza
12 gr. de sal fina

Elaboración:

Confitar las cocochas en la mitad del aceite.

Disolver en plancton en agua.

Escaldar las verduras en agua salada, enfriar con agua y hielo.

Calentar el caldo y la otra mitad del aceite en una olla express, al hervir añadir el arroz y la sal, tapar y cocer durante 12 minutos.

Enfriar la olla bajo el grifo para parar la cocción, añadir las verduras y el aceite de las cocochas al arroz.

Mantecar con el plancton disuelto. Emplatar colocando las cocochas encima.

ARROZ DE NARANJA Y ACEITE DE OLIVA CON OTROS CÍTRICOS

PARA LA CONFITURA DE NARANJA

Ingredientes:

200 gr. de naranja
120 gr. de azúcar moreno de caña
20 ml. de agua

Elaboración:

Pelar la piel de la naranja, hervirla 3 veces. Escurrir i triturar en la thermomix. Cortar la naranja de forma rustica y cocinarla a fuego lento con el agua, el azúcar y la piel triturada durante 45 minutos. Enfriar.

PARA EL ARROZ

Ingredientes:

170 ml. de zumo de naranja
180 ml. de agua
100 gr. de arroz variedad senia
80 gr. de confitura de naranja
40 ml. de aceite de oliva virgen extra variedad arbequina
2 gr. de canela en rama
Azúcar moreno de caña para quemar
Otros cítricos (mandarina, pomelo y ralladura de naranja y limón)

Elaboración:

En una olla a presión, calentar el zumo y el agua con la canela hasta llegar a ebullición. Verter el arroz, tapar y cuando empiece a salir el vapor de la válvula, bajar el fuego al mínimo y cocer 14 minutos. Transcurrido este tiempo, apartar del fuego y reposar 5 minutos más. Abrir la tapa y enfriar el arroz extendiéndolo sobre una bandeja. Añadir la confitura y cuando esté totalmente frío emulsionar con el aceite poco a poco. Emplatar, espolvorear con el azúcar moreno y quemar con un soplete. Decorar con trozos de cítricos frescos y ralladura de limón.

ARROZ INTEGRAL CON CODORNIZ ORTOLANS Y BERENJENA

PARA EL CALDO DE CODORNIZ

Ingredientes:

2 kg. de codornices de granja
2 kg. de perdices
150 gr. de cebolla
150 gr. de zanahoria
150 gr. de puerro
250 ml. de vino tinto
150 gr. de brandy
5 L. de agua
150 ml. de aceite de oliva virgen extra

Elaboración:

Dorar en el horno a 220° las perdices y las codornices. Saltear las verduras cortadas en mirepoix con el aceite hasta que tengan un color muy oscuro. Desglasar con el vino y el brandy. Colocar en una olla expres, añadir el agua, tapar y cocer a 1 bar de presión durante una hora. Colar.

PARA LA CODORNIZ ORTOLANS

Ingredientes:

2 kg. de codorniz ortolans

Elaboración:

Limpiar las codornices, deshuesar las pechugas y reservarlas. Marcar los muslos y las caracas, cocinarlas en el caldo de codorniz 30 minutos. Colar, guardar el caldo, deshuesar y cortar a dados pequeños la carne.

PARA LA SALMORRETA

Ingredientes:

250 gr. de ñora limpia
150 gr. de ajo pelado
250 gr. de tomate maduro
600 ml. de agua
100 ml. de aceite de oliva extra para freír

Elaboración:

Escaldar las ñoras en el aceite a 150°C, freír en el mismo aceite los ajos. Hornear los tomates a 180°C durante 10 min. Triturar todo en la thermomix con el agua.

PARA EL AGUA DE AZAFRÁN

Ingredientes:

250 ml. de agua
1 gr. de azafrán hebra

Elaboración:

Infusionar a 65°C durante 4 horas.

PARA LA BERENJENA

Ingredientes:

1 u. de berenjena

Elaboración:

Pinchar la berenjena y cocinarla al microondas 6 min. Pelar y cortarla en cubos de 2x2cm.

PARA EL ARROZ

Ingredientes:

320 gr. de arroz integral variedad bahía

60 gr. de agua de zafrán

60 gr. de aceite de oliva virgen extra

40 gr. de salmorreta

5 gr. de sal fina

2 gr. de pimienta negra

Elaboración:

Calentar el caldo, el agua de azafran, la salmorreta, y el aceite. Cuando empieza a hervir añadir el arroz, salar y cocer 45' a 1 bar de presión. Transcurrido este tiempo, enfriar la olla expres debajo del grifo para cortar la cocción. Saltear la berenjena y la carne de codorniz, añadir el arroz. Marcar las pechugas, cocinarlas 1 minuto al horno, laminarlas. Emplatar el arroz y colocar la pechuga encima.