



DOSSIER DE RECEPTES

#forumgirona18 - www.forumgirona.com



FÒRUM
GASTRONÒMIC
és
Girona

Receptes

ALBERT SATREGENER

BO.TIC

ESFÈRIC D'ESCOPINYA

Ingredients:

Escopinyes sense clova
1 l. d'aigua de cocció d'escopinyes i aigua de refredar
12 gr. de gelespessa
12 gr. de gluconolactat
24 gr. de vinagre
5 gr. de sal

Bany d'alginat:

1 l. d'aigua
5 gr. d'alginat

Elaboració:

7 minuts l'escopinya dins el bany d'alginat

MIMÈTIC D'OLIVA VERDA AMB MARTINI

Ingredients:

3 u. de llauna d'olives baixes en sal (amb suc)
1 u. de llauna d'olives baixes en sal (sense suc)
4 gr. de gelespessa
1 gr. d'agar-agar

300 gr. de base (suc de les olives)
2,1 gr. de iota

Pel bany de mantega de cacau

260 gr. de mantega de cacau
160 gr. d'oli d'oliva
Aigua
Colorant verd en pasta

Pel Martini texturitzat

450 gr. de Martini blanc
25 gr. de gelcrem fred

PA AMB TOMÀQUET I ANXOVA

Per l'airbag de pa

Ingredients:

340 gr. de farina de força
12 gr. de llevat fresc
200 gr. de llet
5 gr. de sal

Elaboració:

8 minuts a la màquina de ganxo i deixar reposar 24 hores. Estirar al número 5 i tallar, fornejar a 210°C a 4 minuts.

Per al culis de tomàquet

Ingredients:

5 u. de tomàquet
5 gr. de sal
55 gr. d'oli d'oliva
65 gr. de gelcrem calent

Per a les anxoves

Tallar les anxoves en trossos petits

PER L'OLIVA NEGRA AMB TAPENADA

Ingredients:

300 gr. d'oliva de Kalamata sense pinyol
450 gr. d'aigua
50 gr. d'anxova
10 gr. de gelespesa
30 gr. tàperes

Pel bany

420 gr. de mantega de cacau
0,85 gr. de colorant negre
7,5 gr. de pols d'anxova lio

TALLARINES AMB NAP, RICOTTA I BLEDES

PER A LA PASTA DE LES TALLARINES

Ingredients:

900 gr. de farina 00
50 gr. de sèmola molta
20 gr. de sèmola de blat
3 ous
180gr. de rovell
Fulles de nap

Elaboració:

Batre els ous amb els rovells i les fulles de nap, afegir els sòlids i amassar amb les mans fins aconseguir una massa homogènia. Estirar la massa el més fina possible i fer les tallarines. Al moment del servei escaldar les tallarines amb aigua i sal.

PER A LA VELLOUTÉ

Ingredients:

Fulles de nap netes de tija
1 ceba
2 patates
1 gra d'all

Elaboració:

Guisar la ceba tallada a juliana amb un gra d'all i oli. Afegir la patata a trossos amb una mica d'aigua, deixar coure i anar remenat de tant en tant. Blanquejar les fulles de napi refredar amb aigua i gel. Posar tot junt a la thermomix i triturar, afegir l'oli fins a obtenir una consistència suau.

PER LA SALSA

Ingredients:

2 manats de bledes
1 bergamota

Elaboració:

Amb una mica d'aigua calenta afegir les fulles senceres de bledes amb les tiges i escalfar l'aigua fins a punt d'ebullició, rectificar de sal, oli i afegir el suc de mitja bergamota i la ratlladura d'aquesta. Triturar tot fins que quedi una consistència homogènia.

ACABAT I PRESENTACIÓ

Ingredients:

Ricotta
Tallarines
Salsa
Vellouté
Herbes aromàtiques

Elaboració:

Posar tres trossos de ricotta a la base del plat, al damunt col·locar les tallarines i napar amb la salsa, acabar amb les herbes aromàtiques. Servir la vellouté en un vas al costat.

AMARANT I LLAVORS

Ingredients:

Carbassons
Cogombres
Llavors de lli
Llavors de pebreta
Amarant
Llavors de gira-sol

Elaboració:

Treure les llavors dels carbassons i dels cogombres crus. Coure l'amarant com si fos una polenta, afegir les llavors de gira-sol i una mica de sucre i barrejar fins a obtenir una pasta suau. Torrar les llavors de lli i pebreta en una paella de ferro.

Per emplatar posar a la base les llavors de gira-sol, al damunt les llavors torrades i finalment les llavors crues.

KAKIGORI DE FOIE, PINYONS I VI RANCI

PER A LA CREMA DE FOIE

Ingredients:

1 foie extra de 600 gr. aproximadament
210 gr. d'aigua mineral
Sal
Sucre

Elaboració:

Trencar el foie en trossos petits amb les mans i posar-lo dins de la thermomix a 60°C durant 10 minut, treure'n dos tercers parts i afegir-hi l'aigua per parar la cocció. Emulsionar la resta del foie a poc a poc introduint-la a la thermomix com si muntéssim una maonesa, rectificar de sal i sucre, colar i reservar en mànigues.

PER A LES MIGAS DE PA

Ingredients:

100 gr. de pa
25 gr. de greix d'ànec

Elaboració:

Trencar el pa en bossics de 1.5cm aproximadament sense utilitzar la crosta del pa, estendre en una placa de forn i assecar a 120°C durant 10 minuts amb el greix d'ànec.

PER ALS PINYONS TORRATS

Ingredients:

20 gr. de pinyó salvatge del país

Elaboració:

Torrar els pinyons en una safata de forn a 165°C durant 15 minuts.

PER A LA TERRINA DE FOIE

Ingredients:

1 foie extra de 600 gr. aprox
Sal
Sucre
50 ml. de vi ranci

Elaboració:

Treure les venes al foie i trencar-lo en trossos d'uns 4cm x 4cm, salar i escampar el sucre pel damunt en forma de pluja, regar amb el vi ranci i estendrien una placa, filmar de manera que quedi hermètica, coure a 80°C al forn de vapor durant 8 minuts.

Reservar en nevera. Un cop fred fer rotlles amb el paper film i deixar congelar a -30°C.

PER AL KAKIGORI DE FOIE**Ingredients:**

1 rotlle de terrina de foie congelat

Elaboració:

Posar una mandolina japonesa 1 hora al congelador a -30°C igual que els rotlles de foie.

Rallar el foie per aconseguir uns encenalls ben fins.

Reservar al congelador a -30°C.

PER AL GEL DE VI RANCI**Ingredients:**

200 ml. de vi ranci

10 gr. de sucre

2 gr. de goma xantana

Elaboració:

Fer bullir el vi ranci fins que arribi a 110°C juntament amb el sucre, lligar amb la xantana i reservar en un biberó.

PER A LA SAL D'AVELLANES**Ingredients:**

20 gr. d'avellanes torrades ecològiques

2 gr. de sal

Elaboració:

Rallar les avellanes amb un microplane i barrejar amb la sal fina.

ACABAT I PRESENTACIÓ

1 molinet de pebre

1 copa de vi ranci de 100 anys

En un bol muntar la crema de foie amb els pinyons, les migas, el vi ranci, el kakigori, la sal d'avellanes i el pebre. Acompanyar amb una copa de vi ranci.



FÒRUM
GASTRONÒMIC
és
Girona

Receptes

ARTUR MARTÍNEZ &
MARC RIBAS

LA TAVERNA DEL CIRI

COCA DE SARDINES

PER A LA COCA DE MUNT

Ingredients:

1 kg. de farina
25 gr. de sal
200 gr. de massa mare
650 gr. d'aigua de romaní (infusionem 10 gr. de romaní per 1 litre d'aigua)
10 gr. de sucre
100 gr. d'oli d'oliva
10 gr. de llevat

Elaboració:

Amassem tot junt excepte el llevat i l'oli. Quan la pasta s'ha afinat, afegim el llevat i al cap d'un minut l'oli. Deixar reposar en bloc una mitja hora i després dividir al pes desitjat i fer boles. Respòs d'una hora, des gasificar amb els dits i poar oli al damunt. Mitja hora de fermentació i cap al forn. Per les petites enfornar uns 6/7 minuts a 220°C amb una mica de vapor. Les grans enfornar uns 10 minuts.

PER A LA SARDINA

Ingredients:

Sardines
Colatura

Elaboració:

Escatem i filetegem les sardines, congelem 48 hores a -20°C, un cop descongelades poc a poc a la nevera, marinem submergides en colatura 10 minuts. Eixuguem i conservem en oli.

PER ALS ESCALIVATS

Ingredients:

Tomàquet
Pebrot
Ceba

Elaboració:

Escalivem tomàquet, pebrot i ceba i reservem.

PER A LA MAONESA MARINA

Ingredients:

1 ou sencer
1 rovell
25 gr. d'oli olive
150 gr. oli de gira-sol
10 gr. de mostassa Dijon
10 gr. de vinagre cabernet
3 gr. de colatura
1 llauna d'ous de verat

Elaboració:

En un got de turmix emulsionar tots els ingredients junts fins que aconseguim una bona textura, anem afegint oli a poc a poc.

ACABAT I PRESENTACIÓ

Sobre la base de la coca hi posem els escalivats, pintem amb colatura i al forn 4 minuts a 220°C, posem la maonesa amb el biberó, repartim de forma homogènia, afegim els lloms de sardines, pebre negre i enciamet de riu al damunt.

AMANIDA D'ANGUILA AMB LA SEVA HOLANDESA

PER A L'ESCUMA D'HOLANDESA

Ingredients:

1 rovell d'ou
200 gr. de mantega clarificada d'anguila
30 gr. de gàstrik de taronja en salmorra i estragó
Sal
Pebre

Elaboració:

Posar un bol al bany maria i afegir el gàstrik amb el rovell d'ou salpebrat, muntar el rovell amb unes varilles, una vegada el tinguem muntat afegir poc a poc la mantega d'anguila sense deixar de remenar, una cop estigui tota la mantega incorporada, colar i introduir en un sífó, mantenir en aigua a 40°C per el servei.

PER A L'AMANIDA D'ANGUILA

Ingredients:

Anguila cuïta a baixa temperatura
Croston de pa amb tomàquet
Escuma d'holandesa d'anguila
Herbes varies per amanit

Elaboració:

Al fons del plat col·locar l'anguila a brunoise i lacada, afegir al damunt els crostons, cobrir amb l'holandesa i acabar amb les herbes d'amanit.

ANGUILA FUMADA AMB PELL DE TENDÓ DE VEDELLA

Ingredients:

Anguila
Pell d'anguila fumada
Tendó de vaca

Elaboració:

Cuïarem l'anguila a 81°C durant 90 minuts.
Cuïarem els tendons de vaca nets a 90°C durant 14 hores, passat aquest temps triturar i colar, afegir la pell d'anguila fumada i la pell d'anguila que hem cuït anteriorment, tornem a triturar tot junt, fet això farem uns tels amb el resultat a la mida que necessitem.
Col·locar a mode de pell cobrint els lloms d'anguila ja cuïta.

BERLINA DE SALSA D'OU FERRAT LACADA AMB GLACÉ D'ANGUILA Y ANGUILA FUMADA

PER A LA SALSA D'OU FERRAT AMB OLI D'ANGUILA

Ingredients:

Cap, espines i pells d'anguila
Oli de gira-sol
Ous
Pebre fresc

Elaboració:

Per a l'oli d'anguila, confitarem la pell, el cap i les espines en l'oli de gira-sol durant 24 hores a 80°C, deixar reposar durant 6 dies en una bossa al buit, passat el temps colar.
Per a la salsa d'ou ferrat, fregir els ous amb oli d'anguila abundant, salpebrar, afegir el pebre fresc i triturar-ho tot, passar per un xino i reservar en un biberó.

PER A LES BERLINES

Berlines
Salsa d'ou ferrat
Làmines d'anguila fumada

En el moment del servei, omplir les berlines amb la salsa d'ou ferrat, lacar la berlina i acabar amb una làmina d'anguila fumada per damunt.

XIAOLONG D'ALL I PEBRE AMB COTNES D'ANGUILA

PER A L'ALL I PEBRE

Farem un all i pebre de manera tradicional però sense patata, ho deixarem infusionar durant 24 hores, passat aquest temps ho aixecarem i ho triturarem tot, buscant obtenir la major quantitat de col·lagen, colar y emmotllar en una semiesfera, una vegada quallat, fer els dumplings amb el suc d'all i pebre.

PER A LES COTNES D'ANGUILA

Ingredients:

Anguila
Salmorra

Elaboració:

Coure l'anguila en salmorra en bosses al buit durant 90 minuts a 80°C, passat el temps treure l'anguila, pelar i utilitzar la pell per a fer les cotnes, coure al forn a 180°C durant 20 minuts.

Al servei farem els dumplings al vapor durant 2 minuts i ho acabarem amb les cotnes d'anguila al damunt. Recomanar passar el dumpling per mantega d'anguila per donar-li un toc cruixent

Receptes

CONILL AMB MOSTASSA D'HERBES RONDENYES

PER AL CALDO NEUTRE DE PEUS DE PORC

Ingredients:

2 kg. de peus de porc
5 l. d'aigua

Elaboració:

Blanquejar els peus de porc i netejar-los. Coure durant una hora en una olla exprés amb els 5 litres d'aigua. Reduir fins a obtenir mig litre. Reservar en fred.

PER A LA MOSTASSA D'HERBES

Ingredients:

500 gr. de caldo neutre de peus de porc
70 gr. de pebrot verd
180 gr. de mostassa
18 gr. de cerfull
100 gr. de cibulet
25 gr. de julivert
100 gr. de gingebre fresc
40 gr. de menta fresca
200 gr. d'aigua mineral
90 gr. d'oli d'oliva 0.4
10 gr. de xili verd fresc

Elaboració:

Escaldem totes les herbes i les triturem amb la resta d'ingredients i el caldo de peus de porc durant 8 minuts a l thermomix. Colem per superba i reservem,.

PER AL FONDO DE CONILL

Ingredients:

1 kg. de conill trossejat
500 gr. de peus de porc
200 gr. de ceba
100 gr. d'all
150 gr. de tomàquet
1 l. de vi blanc
c/s de farigola, llorer, romaní i sàlvia

Elaboració:

Blanquejar els peus de porc i daurar juntament amb el conill a la cassola. Retirar i afegir les verdures fins que agafin color. Afegir el conill, els peus de porc i el vi. Reduir i afegir l'aigua. Coure 4 hores. Fora del foc afegir les herbes, colar i reduir. Lligar-ho amb mantega.

PER A LES ESPATLLES DE CONILL CONFITADES**Ingredients:**

10 u. d'espalla de conill
400 gr. de greix de porc
2 caps d'all
10 gr. de ginebre sense el ginebró
10 gr. de farigola
10 gr. de pebre negre

Elaboració:

Salpebrar les espalles de conill i les envasem al buit amb la resta d'ingredients. Coure a 70°C durant 12 hores.

PER A LES PASTANAGUES GLACEJADES EN EL SEU SUC**Ingredients:**

1,5 kg. de pastanaga fresca
10 u. de micro pastanaga fresca
c/s de xantana
0,5 gr. de vinagre de poma
Brots de mostassa jove

Elaboració:

Liquar les pastanagues i reduir el suc fins a obtenir 75 gr. Donar la textura desitjada amb la xantana i afegir el vinagre de poma. Escaldar les micro pastanagues i les banyem en el suc de pastanaga.

ACABAT I PRESENTACIÓ

Daurar les espalles de conill a la brasa, cobrir amb el suc de mostassa i al damunt disposar els grans de mostassa envinagrada, les micro pastanagues glacejades i una amanida de brots de mostassa i menta fresca. Acabem amb un cordó de suc de conill.

SOPA DE CARGOL

PER ALS CARGOLS

Ingredients:

2 kg. de cargol Bover
2 ossos de pernil
2 cebes
2 pastanagues
1 cap d'all
Pebre negre i blanc
Coriandre
Ginebre
Sàlvia
Farigola
Clau
Llorer
Fonoll

Elaboració:

Netegem els cargols amb sal i aigua. Un cop nets els matem partint d'aigua freda i fins que bulli. Els posem en una olla amb totes les herbes i espècies i ho courem tot durant 1 hora i mitja. Reservar.

PER A LA SOPA DE CARGOL

Ingredients:

500 ml. de caldo de cargol
200 ml. d'oli de sàlvia
20 gr. de farigola
20 gr. de romaní
20 gr. de sàlvia
20 gr. de menta
5 gr. de pebre negre
1 clau
5 gr. de gel espessa
20 gr. d'emulsionant

Elaboració:

Infusionar totes les herbes i espècies amb el caldo de cargol, filtrar i donar-li la textura desitjada.

PER AL SOFREGIT DE TOMÀQUET

Ingredients:

2 kg. de tomàquet madur
200 gr. de ceba
200 gr. de chipotle
150 gr. d'oli d'oliva

Elaboració:

Coure la ceba fins que estigui daurada, afegir el tomàquet i coure tot durant dues hores i afegir el chipotle, posar al punt de picant. Reservar.

PER ALS RAVIOLIS DE CARGOL

Ingredients:

Làmines de panxeta
Sofregit de tomàquet
Cargol sense closca

Elaboració:

Disposar una làmina de panxeta, posar una culleradeta de sofregit de tomàquet i el cargol al damunt, tancar com si fos un ravioli i reservar.

PER A L'OLI DE SÀLVIA

Ingredients:

200 ml. d'oli de gira-sol
150 gr. de sàlvia fresca

Elaboració:

Envasar l'oli amb la sàlvia i coure a 65°C durant 5 hores.

PER A L'OLI DE ROMANÍ

Ingredients:

200 ml. d'oli de gira-sol
150 gr. de romaní fresc

Elaboració:

Envasar el romaní amb l'oli i coure a 65°C durant 5 hores.

PER A L'OLI DE MENTA

Ingredients:

180 ml. d'oli de gira-sol
100 gr. de menta escaldada

Elaboració:

Triturar els ingredients a la thermomix durant 7 minuts i colar.

ACABAT I PRESENTACIÓ

Disposar en un plat soper dues cullerades de sopa de cargol, al damunt dos raviolis de cargol i sobre ells les herbes i una mica de pa cruixent. Al voltant disposar gotes dels diferents olis.

SOPA D'ALVOCAT

PER A LA SOPA DE BLAT DE MORO

Ingredients:

600 gr. de blat de moro dolç
50 gr. de suc de llimona
0,5 gr. de xili vermell
6 gr. de sal
0,9 gr. de xantana
35 gr. d'oli de gira-sol

Elaboració:

Triturar el blat de moro i ho passem per superba fins a obtenir 400 gr. Afegir la resta d'ingredients i barrejem a la thermomix durant 2 minuts. Tornem a passar per la superbag i traiem l'aire amb la màquina del buit.

PER A L'OLI DE CORIANDRE**Ingredients:**

50 gr. de coriandre
100 gr. d'oli de gira-sol

Elaboració:

Escaldem el coriandre, refredar i assecar. Triturar amb l'oli a la thermomix. Colar per superbag i decantar.

PER A L'OLI DE VAINILLA**Ingredients:**

50 gr. de vainilla
100 gr. d'oli de gira-sol

Elaboració:

Infusionar l'oli amb la vainilla durant 48 hores.

PER A L'OLI DE COLATURA**Ingredients:**

250 gr. d'oli fumat
75 gr. de colatura d'anxova

Elaboració:

Barrejar els ingredients i reservar.

ACABAT I PRESENTACIÓ**Ingredients:**

2 alvocats
Panotxa de blat de moro
Blat de moro liofilitzat
Brots de coriandre
Flors d'all

Elaboració:

Daurem l'alvocat amb el soplec i ho afegim a l'oli de colatura. Disposem en un plat una cullerada sopera de blat de moro, amanim amb els olis, al centre col·loquem l'alvocat i disposem al damunt els brots de coriandre. Als costats posem uns grans de blat de moro tendre i de liofilitzat.



FÒRUM
GASTRONÒMIC
és
Girona

Receptes

BORJA GARCÍA

DOS PEBROTS

GARUM BASE

Ingredients:

Seitó 100%

Aspergillus oryzae 18-25%

Sal ionitzada 18-24%

Aigua 80%

Elaboració:

Amb l'ajuda d'un batedor elèctric barrejar tots els ingredients en un pot de vidre completament net i sec, fins a obtenir una pasta homogènia.

Tapar el pot amb paper film, datar, obrir una fitxa tècnica i configurar la càmera de fermentació amb el programa Garum i deixar fermentar durant 7-8 setmanes.

Una vegada transcorregut el temps, colar, filtrar per una estamena, provar i reservar a la càmera. Reposar. Si al provar-lo trobem alguna cosa estranya, verificar el PH.

CECINA DE XAI LLETÓ CURADA I FUMADA

Ingredients:

1 kg. de carn de xai; llom, cuixa...
2 kg. de sal gorda
Encenalls de fusta

Elaboració:

Cobrir la carn de xai amb la sal gorda durant 12 hores. Netejar la carn de la sal i fumar-ho amb fred durant 12 hores. Deixar curar lleugerament durant 30 dies, amb humitat i temperatura controlada, seguidament congelar i tallar làmines al màxim de fines possibles. Les posem a assecar, simulant un katsuobushi de xai.

Es pot consumir d'aquesta manera com si fos una xip de carn o podem fer una infusió.

75 gr. d'aigua
30 gr. de cecina de xai
5 gr. de pi fresc

Escalfar l'aigua fins a punt d'ebullició, apartar del foc i posar el xai i el pi, deixar infusionar durant 20 minuts.

PESTO MULTI ESFÈRIC AMB FESTUC TENDRE I ANGUILA

PER AL SÈRUM DE PARMESÀ

Ingredients:

100 gr. de parmesà reggiano sense escorça
100 gr. d'aigua

Elaboració:

Tallar el parmesà a trossos petits i triturar al vas americà fins que quedi fi.
Bullir l'aigua, afegir el parmesà triturat, remoure i deixar infusionar al costat del foc durant 40 minuts, remoure cada 5 minuts. Colar per un colador fi y deixar decantar en un recipient alt i estret durant 24 hores a la nevera. Treure la grassa superior i guardar-la per a altres plats.
Guardar el sèrum de parmesà (part inferior) obtingut a la nevera.

PER ALA CREMA DE PARMESÀ

Ingredients:

30 gr. de nata
20 gr. de llet
50 gr. de parmesà reggiano rallat
Sal

Elaboració:

Barrejar la llet i la nata i portar a ebullició. Afegir el parmesà, barrejar i retirar del foc. Deixar infusionar 20 minuts i colar amb una estamena. Posar al punt de sal.

PER A L'OLI INFUSIONAT D'ALFÀBREGA

Ingredients:

150 gr. d'oli d'oliva suau
75 gr. d'alfàbrega fresca

Elaboració:

Trencar l'alfàbrega amb les mans i introduir dins l'oli. Escalfar fins als 60°C, retirar del foc i mantenir a temperatura ambient durant 12 hores. Colar i reservar.

PER A LA BASE DE PESTO MULTI ESFÈRIC

Ingredients:

100 gr. de fulles d'alfàbrega fresca
3 gr. d'all
12 gr. de pinyons torrats
12 gr. de parmesà reggiano rallat
50 gr. d'oli d'alfàbrega
150 gr. d'aigua
30 gr. de sèrum de parmesà
Sal
0,6 gr. de xantana
2,4 gr. de gluconolactat càlcic

Elaboració:

Extreure el nervi central de l'all. Ajuntar dins del vas americà tots els ingredients excepte la xantana i el gluconolactat. Triturar fins a obtenir una crema fina, colar i posar al punt de sal.

A 200gr. de la mescla afegir el gluconolactat, barrejar i seguidament afegir la xantana. Triturar amb l'ajuda del batedor elèctric fins que no quedi cap grumoll.

Treure l'aire a la barreja amb l'ajuda de la màquina al buit i reservar a la nevera.

PER A LA BASE D'ALGINAT

Ingredients:

1000 gr. d'aigua
5 gr. de alginat sòdic

Elaboració:

Dissoldre l'alginat a l'aigua. Triturar en el vas americà fins que no quedin grumolls. Guardar a la nevera 24 hores.

PER ALS "CUCS" DE PESTO MULTI ESFÈRIC

Ingredients:

Base de pesto esfèric
Base d'alginat

Elaboració:

Amb l'ajuda d'una xeringa, fer boles de pesto al bany d'alginat d'uns 0,4cm de diàmetre. Necessitem 20 boles per persona. Escórrer les boles de pesto al bany d'alginat i anar dipositant en fila en un motlle llarg i estret en forma de mitja canya d'uns 0,3 cm d'ample. D'aquesta manera formarem un "cuc" llarg i estret format per 20 boles de pesto en fila.

Deixar quallar a la nevera durant 30 minuts. Transcorregut aquest temps, desemmotllar amb cura de no trencar cap bola i reservar a la nevera.

PER A L'OLI TEXTURITZAT DE FESTUCS

Ingredients:

50 gr. d'oli verge de festuc
1,5 gr. de monoglicèrid

Elaboració:

Barrejar 25 gr. d'oli amb el monoglicèrid. Escalfar a velocitat mínima i sense deixar de remoure fins que el monoglicèrid s'hagi dissolt. Retirar del foc y afegir la resta d'oli sense deixar de moure. En un bany maria fred anem incorporant l'oli amb el monoglicèrid a poc a poc sense deixar de remenar, amb l'objectiu que la mescla vagi agafant cos i una textura semblant a la de la mantega pomada. Guardar a la nevera.

PER A L'OLI DE PANXETA IBÈRICA**Ingredients:**

50 gr. de panxeta ibèrica curada en sal
10 gr. d'aigua
15 gr. d'oli d'oliva suau

Elaboració:

Picar la panxeta. Barrejar la panxeta amb l'aigua i l'oli i posar a coure a foc lent fins que l'aigua s'hagi evaporat per complet i la panxeta hagi deixat anar tota la seva aigua. Colar i reservar a la nevera.

PER A LES LÀMINES DE PANXETA IBÈRICA CURADA**Ingredients:**

1 tros de panxeta ibèrica curada de 50 gr.

Elaboració:

Amb l'ajuda d'un ganivet treure la pell i l'excés de sal exterior de la panxeta. Tallar a rectangles de 1x2 cm de costat i congelar. Una vegada congelada, tallar a la màquina talla carn aconseguint així una làmines de panxeta de 0,1cm de gruix. Necessitem tres làmines de panxeta per persona. Guardar a la nevera.

PER ALS DAUS D'ANGUILA FUMADA**Ingredients:**

1 tros d'anguila fumada de 70 gr.

Elaboració:

Treure la pell i les possibles espines de l'anguila. Tallar 3 daus d'anguila per persona de 0,7 cm de costat. Guardar a la nevera.

ACABAT I PRESENTACIÓ**Ingredients:**

3 germinats d'alfàbrega per plat
3 pinyons torrats per plat
3 festucs tendres i pelats per plat
3 daus de parmesà de 0,3 cm de costat per plat
Pebre negra acabada de moldre

Elaboració:

Disposar els "cucs" de multi esfèrics en plats rectangulars, ocupant la part central i fen un lleuger zig-zag. Escalfar la crema de parmesà lleugerament, temperar el greix de panxeta i escalfar els plats amb els multi esfèrics de nou a la salamandra. Repartir per el plat 3 festucs, 3 pinyons, 3 daus de parmesà i 3 daus d'anguila fumada. Al damunt de l'anguila disposar una làmina de panxeta. A la base del plat posar una mica de crema de parmesà i greix de panxeta. Tornar a esclafar a la salamandra. Acabar amanint els festucs amb un rajolí d'oli texturitzat de festuc i repartint tres germinats d'alfàbrega i pebre negre acabada de moldre per damunt.

NYOQUIS DE PATATA AMB SALSÀ AL GUST

PER ALS NYOQUIS

Ingredients:

300 gr. de patata bullida
200 gr. de pastanaga bullida
150 gr. de farina d'arròs
1 rovell d'ou
Sal
Pebre
Oli d'oliva verge

Elaboració:

Passeu la patata i la pastanaga bullida i escorregudes per un passapurés. Afegiu-hi el rovell, la sal i el pebre. Remeneu-ho fins que es formi una pasta, abocar-hi la farina d'arròs a poc a poc i aneu remenant fins que es formi una pasta consistent. Feu-ne boles petites i allargades. Poseu en un cassó aigua abundant a bullir, afegiu-hi els nyoquis per tandes i a mesura que vagin pujant a la superfície, els traieu i els escorreu.

PER A LA SALSÀ DE PASTANAGA

Ingredients:

4 pastanagues
1 all
1 rodanxa de gingebre
100 ml de brou vegetal o aigua

Elaboració:

Peleu i talleu les pastanagues a rodanxes i poseu-ho a escalfar lentament sense que es cremi. Piqueu l'all i el gingebre i afegiu-los a la pastanaga. Escalfeu-ho cinc minuts i afegiu-hi el brou vegetal. Retireu el gingebre de la mescla, tritureu i passar-ho per un colador perquè esdevingui una salsa ben fina. Salpebrar al gust.

ACABAT I PRESENTACIÓ

Servir la salsa de pastanaga a la base del plat, disposar els nyoquis de forma harmònica pel plat acompanyats d'un fil d'oli d'oliva verge extra al damunt. També podem acompanyar el nyoquis amb altres salses segons la tolerància individual, com pot ser salsa carbonara, salsa de nata, salsa de tomàquet, salsa pesto, salsa de formatge...

ROTLLETS D'ARRÒS I SALMÓ

Ingredients:

2 discs d'arròs
75 gr. de salmó
50 gr. d'arròs
1 c/c de mel
Sal
Pebre
Julivert
Oli d'oliva verge

Elaboració:

Poseu l'arròs en un colador i renteu-lo amb aigua freda fins que hagi eliminat el midó i l'aigua surti transparent. Bulliu-lo uns 15 minuts en un cassó amb aigua. Escorreu i estireu sobre una superfície plana perquè es refredi. Hidratar els discs d'arròs uns segons sobre un plat amb aigua fins que quedi flexible. Afegeu-los delicadament i escoreu. Disposeu els discs damunt d'una taula.

Piqueu el julivert. Coeu el salmó al vapor o al microones i l'esmicoleu amb una cullera. Barregeu l'arròs amb la mel, el salmó, un polsim de julivert i salpebreu-ho.

Col·loqueu la mescla damunt del disc, enrotlleu com si fos un caneló i servir-ho amb un rajolí d'oli per damunt.

CRESTES CALENTES DE CARN BAIXES EN FIBRA

Ingredients:

6 discs petits de massa d'empanada
135 gr. de carn magra de vedella
100 gr. de ceba
50 gr. de fideus d'arròs
1 ou
Orenga
Oli d'oliva verge
Sal
Pebre negre

Elaboració:

Bullir en un cassó amb aigua els fideus d'arròs durant un minut. Escórrer i reservar. Picar a trossos petits la carn de vedella, salar i sofregir-la en una paella amb un rajolí d'oli fins que estigui ben cuita. Reservar.

Pelar la ceba i ratllar-la. Sofregir la ceba a la mateixa paella en què heu sofregit la carn. Incorporar la carns i els fideus, remenar, deixar coure tot junt un minut més i afegir l'orenga, la sal i el pebre. Reservar.

Disposar els discs damunt d'un plat, col·locar una cullerada de farciment al centre de cadascun, mullar amb els dits els marges del disc amb aigua, doblar per la meitat i segellar l'empanada fent un plec al disc amb els dits.

Batre un ou i pintar les crestes per tots dos costats. Disposar les crestes sobre un paper antiadherent i col·locar sobre un safata de forn, coure durant 10-12 minuts a 180°C.

Servir-ho amb una mica de salsa de tomàquet fregit.

SOPA FREDA D'ALVOCAT I BLAT DE MORO

Ingredients:

2 avocats al punt
80 gr. de blat de moro en conserva (sense sucre afegit)
50 gr. de nata líquida
50 gr. de formatge cremós
1 llimona
Oli d'oliva verge extra
Sal
Pebre

Elaboració:

Triturar el blat de moro amb l'aigua de la conserva, reservar el líquat del blat de moro.
Tallar els avocats per la meitat, treure'n el pinyol i amb una cullera extreure la polpa. Poseu-la en un recipient alt amb suc de llimona i tritureu amb aigua mineral perquè en resulti una crema semi líquida. Salpebrar i reservar.
Batre la nata amb una vareta fins que estigui escumosa i afegir el líquat de blat de moro perquè formi una crema més densa que la d'avocat. Poseu-ho al punt de sal
Batre el formatge cremós amb un rajolí d'oli d'oliva.
En una copa posar una cullerada de formatge batut, al damunt la crema d'avocat ben freda i acabar amb la crema escumosa de blat de moro i unes gotes d'oli d'oliva.

GELATINA DE GINGEBRE I MENTA

PER A LA INFUSIÓ DE GINGEBRE

Ingredients:

1 l. d'aigua
Un tros de tres dits de gruix de gíngebre
Pell d'una llimona i mitja
5 c/s de mel
Suc de ½ llimona

Elaboració:

Pelar i tallar el gíngebre a rodanxes, fer bullir l'aigua en una olla i quan comenci a bullir apagar el foc, afegir el gíngebre i la pell de llimona i tapar-ho, deixar infundir durant 30-60 minuts.
Colar la infusió i afegir la mel i el suc de llimona, barrejar fins que es dissolgui la mel.
Es pot afegir un grapat de fulles de menta a la infusió.

PER A LA GELATINA DE GINGEBRE I MENTA

Ingredients:

250 ml. d'infusió de gíngebre
Un grapat de fulles de menta fresca
1 c/c d'agar-agar en pols

Elaboració:

Picar les fulles de menta.
Posar la infusió en un cassó, afegir l'agar-agar i fer arrencar el bull sense para de remenar amb l'ajut d'un batedor. Retirar del foc i deixar que es temperi.
Posar en un recipient ample, afegir la menta picada i remenar, deixar-ho reposar a la nevera fins que qualli.
Un cop quallat, tallar a trossos i servir.

USUZUKURI DE KOMBUJIME DE SALMÓ

Ingredients:

1 kg. de llom de salmó qualitat sashimi
250 gr. de col kimchi
250 gr. d'alga kombu
Llevat vinícola
Sal
Sucre

LLAMPUGA I TONYINA FERMENTATS EN ALL NEGRE, KIMCHI I OLIVES VIVES

Ingredients:

1 kg. de llampuga qualitat sashimi
1 kg. de ventresca de tonyina qualitat sashimi
100 gr. d'all negre
300 gr. d'olives probiòtiques
10 ml. de kombucha
Llevat vinícola
Sal
Sucre
Aspergillum
Ito togarashi
Soja suau
Washabi fresc

PIT D'ÀNEC CUIT A L'ARGILA, SOBRE UN COMPOST BIODINÀMIC DE REMOLATXA, ARROP DE SAÛC, ARRELS I FLORS SILVESTRES

PER AL PIT D'ÀNEC A L'ARGILA

Ingredients:

1 magret d'ànec fresc
500 gr. d'argila
Fulles fresques de figuera

Elaboració:

Polir el magret de l'excés de greix, salpebrar i tapar-lo per la part de la carn amb les fulles de figuera. Pel damunt del magret i les fulles li fem una capa d'argila i el col·loquem a la brasa, força per damunt del foc durant 10 minuts.

PER AL COMPOST BIODINÀMIC

Ingredients:

2 remolatxes
5 gr. de sal
2 gr. de pebre
1 cullerada de canyella
Infusió de sàlvia
Farigola
Orenga
Ortiga
Llavors de plantatge
Llavors de sàlvia
1 cullerada de mostassa natural en gra

Elaboració:

S'han de liquar les remolatxes i aprofitar tota la part sòlida, només afegim la meitat del suc de les remolatxes, juntament amb la resta d'ingredients. Ho posem en un recipient de ceràmica o vidre, mai ni plàstic ni inoxidable. Durant 3 dies se li ha de fer un massatge manual energètic. A partir del 7è dia es pot consumir aquest compost de sabor i aroma a turba humida del bosc amb propietats probiòtiques molt interessants també.

PER A L'ARROP DE FRUIT DE SAÛC

Ingredients:

250 gr. de fruits de saüc
25 gr. de sucre morè
5 gr. de kuzu

Elaboració:

Fer bullir el fruit de saüc amb el seu propi suc i el sucre morè. Un cop cuit el lliguem amb el kuzu.

ACABAT I PRESENTACIÓ

En un plat pla posem unes arrels cuites, una cullerada d'arrop de saüc, una base de compost de remolatxa i al damunt el magret d'ànec que li haurem retirat l'argila i l'haurem laminat. El pintem amb una mica de reducció del seu suc.

Acabem el plat amb flors silvestres i uns punts de puré de tubercles.

CÍRVIA MARINADA, AJÍ , PINYA DE GALDAR I PLÀTAN

PER AL MARINAT

Ingredients:

2 kg. de llom de círvia
200 gr. de sal
150 gr. de sucre
2 llimes

Elaboració:

Triturar a la thermomix la sal, el sucre i les llimes. Cobrir els lloms del peix amb el resultat de la barreja i deixar marinar durant 2 hores.

PER A LA SALSA

Ingredients:

1 pinya de Galdar
50 gr. de pasta d'ají
10 gr. de sal d'ají
20 gr. de gingebre
Oli vegetal
Oli fumat

Elaboració:

Extreure el suc de la pinya i el gingebre sense afegir aigua, després liquar amb l'ají, sal d'ají i emulsionar amb els dos olis fins aconseguir una textura consistent.

PER ALS PLÀTANS

Ingredients:

Plàtan

Elaboració:

Amb una mandolina treure tires fines i fregir al moment a 150°C.

ACABAT I PRESENTACIÓ

Fer làmines fines dels lloms de círvia, coure durant dos minuts amb suc de llima, distribuir la salsa de pinya amb ají per al plat a sobre el peix i finalment les tires de plàtan. Servir en fred.

MERO DE ROCA A LA PAPILOTE D'ENCIAM DE MAR, SALSA DE TAMARINDE I TAPIOCA

PARA LA PAPILOTE

Ingredients:

Llom de mero de roca
Enciam de mar dessalat

Elaboració:

Embolicar cada tros de peix amb l'alga, envasar al buit i coure a 60°C.

PER A LA SALSA DE TAMARINDE

Ingredients:

100 gr. de mantega noissette
100 gr. de tamarinde natural sense llavor
100 ml. de sake
100 ml. de mirin

Elaboració:

Reduir el sake i el mirin a la meitat, després emulsionar amb el tamarinde i la mantega fins aconseguir una salsa de consistència.

PER A LA TAPIOCA

Ingredients:

Fondo de peix amb les espines del mero de roca
Tapioca

Elaboració:

Posar el fondo a bullir, un cop bulli coure la tapioca uns 10 minuts, ens ha de quedar al dente.

PER EL PA DE PESSIC D'ENCIAM DE MAR

Ingredients:

90 gr. d'aigua d'enciam de mar
3 clares d'ou
2 rovells d'ou
30 gr. de farina

Elaboració:

Barrejar tots els ingredients amb l'ajuda d'una batedora elèctrica, colar i passar a un sífó, posar dues càrregues i deixar reposar una hora.

Omplir la meitat d'un vas de plàstic amb un petit forat al fons, coure al microones durant 40 segons.

ACABAT I PRESENTACIÓ

Disposar els lloms de mero al fons del plat, barrejar la salsa calenta de tamarinde y napar el peix, decorar amb la tapioca i el pa de pessic d'enciam de mar.

ANGUILA XAPADA BULLIDA I A LA BRASA AMB ALL I PEBRE

PER A LA SALMORRA

Ingredients:

500 gr. d'aigua mineral
50 gr. de sal

Elaboració:

Barrejar els dos ingredients i remoure fins que es dissolgui tota la sal. Reservar.

PER A L'ANGUILA XAPADA

Ingredients:

400 gr. d'anguila
500 gr. de salmorra

Elaboració:

Netejar l'anguila, extreure'n els dos filets, reservar el cap i l'espina per al caldo. Introduir els filets d'anguila dins la salmorra durant 30 minuts. Una vegada passat el temps, retirar la salmorra i assecar amb un paper absorbent els dos filets. Col·locar els filets a una deshidratadora i assecar amb aire fred durant 1 hora. Reservar.

PER AL CALDO D'ANGUILA

Ingredients:

1 kg. de retalls, cap i espines d'anguila
2,5 L. d'aigua

Elaboració:

Col·locar els retalls, el cap i les espines de l'anguila amb una olla amb aigua i portar a ebullició. Abaixar el foc i deixar coure durant 1 hora aproximadament. Colar i deixar refredar a la nevera durant 6 hores. Una vegada passat aquest temps separar el greix del caldo i reservar-ho per separat.

PER A L'ANGUILA XAPADA A LA BRASA

Ingredients:

Filets d'anguila xapada
Brasa d'alzina

Elaboració:

Coure els filets d'anguila al vapor en un forn amb 100% d'humitat durant 8 minuts. Retirar del forn i seguidament marcar a la brasa d'alzina. Reservar.

PER A L'ANGUILA XAPADA BULLIDA

Ingredients:

Filets d'anguila xapada
1,5 L. de caldo d'anguila

Elaboració:

En un cassó portar el caldo d'anguila a ebullició. Posar a foc lent i introduir els filets de anguila. Coure els filets d'anguila durant 40 minuts, retirar i tallar a quadrats de 1.5 cm de costat.

PER A L'ESPUMA D'ALL I PEBRE

Ingredients:

50 gr. d'alls pelats i laminats
200 gr. d'oli d'oliva
100 gr. de concentrat de tomàquet
200 gr. de pimentó dolç
4 L. de caldo d'anguila
100 gr. de pa torrat
200 gr. de patata pelada a trossos
200 gr. d'ametlla torrada
Pebre negre
Gelatina (5 fulles per litre de salsa acabada)

Elaboració:

Posar a hidratar la gelatina prèviament.

Pelar els alls, laminar-los i introduir en un cassó juntament amb l'oli d'oliva verge extra, coure a foc baix fins que estigui daurada. Afegir el pimentó i retirar del foc. Incorporar les ametlles, el pa prèviament torrat i triturar el conjunt. Afegir el concentrat de tomàquet, el caldo d'anguila i la patata pelada tallada a trossos regulars. Tornar a posar tot al cassó i coure durant una hora a foc suau aproximadament. Triturar, colar per un xino i rectificar de pebre. Una vegada colat i encara calent incorporar les fulles de gelatina.

PER A LA PATATA SECA

Ingredients:

1 kg. de patata monalisa
1 L. d'aigua

Elaboració:

Pelar la patata, rentar i tallar a rectangles de 0.3cm x 0.3cm. x 1.5cm. de costat. Coure en aigua bullint durant 1 minut, retirar del foc i refredar amb aigua freda. Escórrer l'excés d'aigua i estendre els bastonets de patata al damunt d'un silpat. Assecar ala deshidratadora a 50°C durant 3 hores aproximadament.

PER AL SOFREGIT DE PATATA SECA

Ingredients:

10 gr. d'all picat
30 gr. d'oli d'oliva verge extra
25 gr. de ceba picada
130 gr. de tomàquet ratllat
60 gr. de patata seca
240 gr. de caldo d'anguila
7 gr. de greix d'anguila
1 gr. de pimentó dolç
3 gr. de sal

Elaboració:

Posar en un cassó l'oli d'oliva verge extra i sofregir l'all picat fins que estigui lleugerament daurat, incorporar la ceba i finalment el tomàquet ratllat. Re-ofegar el conjunt a foc suau fins que estigui ben cuit. En una paella amb una mica d'oli saltejar la patata seca fins que tingui un color daurat i afegir-la al sofregit. Finalment afegir el caldo d'anguila i coure foc mitjà durant 5 minuts, apujar el foc, afegir el greix d'anguila, el pimentó dolç i mantenir a foc fort fins que evapori la totalitat del caldo. Reservar.

PER A L'OLI DE SAFRÀ**Ingredients:**

100 gr. d'oli d'oliva verge extra
2 gr. de safrà
30 gr. d'aigua

Elaboració:

Embolicar el safrà amb paper d'alumini. Escalfar una paella i col·locar el paper d'alumini amb el safrà per torrar-lo lleugerament i que ens deixi anar tot el seu aroma. En un cassó incorporar l'aigua, l'oli d'oliva verge extra, el safrà torrat i escalfar a 60°C fins que evapori la totalitat de l'aigua. Reservar.

PER A L'OLI DE PIMENTÓ**Ingredients:**

300 gr. d'oli d'oliva verge extra
50 gr. de pimentó dolç

Elaboració:

En un cassó escalfar l'oli fins arribar a 70°C. Retirar del foc i incorporar el pimentó dolç, deixar-lo infundonar tapat durant 2 hores. Passar el temps colar per tela i reservar.

ACABAT I PRESENTACIÓ

Al centre del plat col·locar el sofregit de patata i al damunt posar l'espuma d'all i pebre. En un costat disposar un quadrat d'anguila xapada a la brasa i a l'altre costat del plat col·locar un quadrat d'anguila xapada bullida. Finalitzar el plat col·locant unes gotes d'oli de pimentó i d'oli de safrà, un bri de safrà sobre l'anguila bullida i finalment una flor i una fulla de caputxina.

SALSIFÍS AMB NOUS I CASTANYES

PER A L'AIGUA DE KOJI

Ingredients:

Koji d'arròs
Sal
Aigua

Elaboració:

Per a elaborar l'aigua de koji posarem 3 parts de koji d'arròs per una de sal. Es cobreix amb aigua i es deixa fermentar a temperatura ambient, remenant la mescla cada un/dos dies durant 2/3 setmanes. Colem i obtindrem el sòlid per una banda i el líquid que serà el que utilitzarem per a la recepta.

PER A LA LLET DE NOUS

Ingredients:

Nous
Llet
Aigua

Elaboració:

Posem les nous amb llet a hidratar tota la nit. Colem i triturem les nous amb aigua, just que les cobreixi. Colem i reservem la part líquida.

PER AL SUC DE CEBA ROSTIDA

Ingredients:

2 cebes mitjanes
2 grans d'all
Brandy
Moscatell
Vi ranci
Vi negre
1 fulla de llorer
1 branca de farigola

Elaboració:

Tallem les cebes en 8 trossos, les rostim a foc fort amb un raig d'oli fins que s'estovin i agafin color. Baixem el foc i afegim 2 grans d'all, quan l'all agafi color afegim a els líquids, una part de brandy, una part de moscatell, dues parts de vi negre i dues parts de vi ranci, el llorer i la farigola. Quan redueixin els vins, cobrir amb aigua i deixar bullir a foc moderat fins que gairebé s'evapori tot el conjunt. Colar i reservar el resultat líquid, rectificar de sal.

PER AL SUC DE CEBA AVINAGRADA

Ingredients:

2 cebes mitjanes
Oli
Sal
Vinagre

Elaboració:

Tallem les dues cebes a juliana, les amanim amb sal, oli i vinagre i les deixem a temperatura ambient tota la nit. Colem i reservem el líquid.

PER ALS SALSIFÍS I EMPLATAT

Ingredients:

6 salsifís
400 cl. d'aigua
10 cl. d'oli d'oliva
50 cl. de vi ranci
50 cl. d'aigua de koji
50 cl. de caldo de verdures
2 castanyes bullides
50 cl de llet de nous
2 nous rostides
20 cl. de suc de ceba rostida
30 cl. de suc de ceba avinagrada

Elaboració:

Pelem els salsifís i els posem a bullir coberts d'aigua i amb un raig d'oli amb l'olla tapada fins que s'evapori l'aigua i ens quedin els salsifís cuits i es comencin a rostir.

Llavors hi afegim un raig de vi ranci, quant estigui gairebé evaporat afegim l'aigua de koji, al tenir un alt contingut de sal serà l'element que salarà el salsifís, deixem que s'evapori l'aigua de koji i afegim el caldo de verdures.

A la base del plat posarem la llet de nous, les nous rostides, les castanyes, el suc de ceba rostida i el suc de ceba avinagrada, al damunt col·locarem els salsifís per acabar el plat.

Receptes

TRIPA DE PELL DE TONYINA AMB ESTRAGÓ, GALTA DE TONYINA GUISADA AMB LA SEVA SANG I CRUIXENT D'ESCATES

PER A LA PELL DE TONYINA

Ingredients:

Pell de tonyina

Elaboració:

Envasem la pell de tonyina al 100%, la cuinem a baixa temperatura, a 68°C durant 3 minuts. Una vegada cuinada retirem les escates amb molta cura de no trencar la pell i les reservem. Deixem refredar la pell i una vegada freda, la tallem en quadrats d'1cm.

PER AL SOFREGIT DE LA PELL

Ingredients:

3 grans d'all
2 cebes grosses
1 manat d'estragó
1 culleradeta de carn de nyora
1 cullerada de demi-glacé de vedella
Brou de peix
Sal i pebre

Elaboració:

Tallem els alls en brunoise molt fina i els daurem en oli d'oliva. Una vegada daurats, afegim les cebes tallades en brunoise i les ofeguem fins a quedar molt caramel·litzades. A continuació afegim l'all a la ceba caramel·litzada, la pell de tonyina, l'estragó picat, la carn de nyora i la demi-glacé. Ho cobrim amb el brou de peix, salpebrem i ho deixem coure durant 10 minuts a foc mitjà.

PER A LA GALTA DE TONYINA

Ingredients:

2 galtes de tonyina
8 escalunyes
1 pastanaga
1 porro
1 fulla de llorer
1 branca de farigola
1 copa de vi negre
Brou de peix
Sang de tonyina

Elaboració:

Fem una bresa amb les escalunyes, la pastanaga i el porro.

Segellem la galta.

A continuació posem la bresa amb una galta en una olla, hi afegim el llorer, la farigola, el vi negre i ho cobrim amb el brou de peix. Ho deixem coure durant 10 minuts a foc mitjà.

Una vegada cuites les galtes, les traiem de la salsa i les reservem. Colem la salsa i l'espessim amb la sang de la tonyina.

PER A LES ESCATES**Ingredients:**

Escates (reservades anteriorment)

Elaboració:

Recuperem les escates que havíem retirat de la pell de la tonyina i les fregim amb oli de gira-sol fins a quedar ben cruixents.

ACABAT I PRESENTACIÓ

Posem la tripa guisada a la base del plat, sobre la tripa hi col·loquem la galta guisada i la cobrim amb la salsa. Acompanyem amb uns rossinyols saltejats. Decorem amb cibulet arrissat i flor d'all i acabem amb les escates fregides per sobre.



FÒRUM
GASTRONÒMIC
és
Girona

Receptes

JUAN LUIS FERNÁNDEZ

LÚ COCINA I ALMA

ROTEÑA FREDA

PER A L'AIGUA DE TOMÀQUET

Ingredients:

5 kg. de tomàquet pera

Elaboració:

Tallar el tomàquets en grills, afegir la sal, barrejar en un bol i aixafar-los amb una cullera. Es posen els tomàquets dins d'una estamena i es col·loca al damunt d'un colador. Recollir l'aigua, deixar caure gota a gota sobre una cassola durant 24 hores.

PER A LA ROTEÑA FREDA

Ingredients:

750 gr. d'aigua de tomàquet

80 gr. de pasta de ají

75 gr. d'oli d'oliva suau

30 gr. de vinagre de xerès

Elaboració:

Posar tot dins la thermomix, rectificar de sal i acidesa. Servir amb feix fresc com urta tallada a làmines fines.

POP I BITXO JALAPEÑO

PER A LA BASE D'ESPUMA DE JALAPEÑO

Ingredients:

2.5 kg. de pebre verd

2 L. d'oli de gira-sol

300 gr. de vinagre d'arròs

250 gr. d'all

300 gr. de jalapeño

Elaboració:

Triturar tots els ingredients i colar.

PER AL POP I BITXO JALAPEÑO

Ingredients:

350 gr. de base d'espuma de jalapeño
50 gr. d'aigua
2 fulles de gelatina
6 gr. de bitxo verda thai
Albúmina
Fines làmines de pop

Elaboració:

Triturar tots els ingredients amb la thermomix excepte l'albúmina i la gelatina. Ho deixem refredar una mica i afegim l'albúmina i la gelatina, ho colem. Servir-ho amb unes làmines fines de pop.

POTATGE ST. GERMAIN, CARXOFA I FOIE

Ingredients:

600 gr. de puré de pèsols
600 gr. de caldo de verdures
100 gr. de nata
300 gr. de mantega
Foie mi cuit
Carxofes

Elaboració:

Barrejar el puré de verdures, el caldo de verdures, la nata i la mantega, escalfar i reservar en una gerra per servir. Les carxofes utilitzar només els cors tallats en quarts, fer daus petits amb el foie mi cuit. En un plat fondo posar el foie i les carxofes al centre i acompanyar-ho amb el puré de pèsols, elaborat anteriorment pel damunt.

LÀMINES DE PRESA IBÈRICA, SÈRUM DE CEBA TENDRA I TRUFA

PER AL SÈRUM DE CEBETES

Ingredients:

280 gr. de ceba tendra
50 gr. de vinagre d'arròs
100 gr. de suc de llimona
250 gr. d'oli de gira-sol

Elaboració:

Triturar tot, salar i colar.

PER A L'ACABAT FINAL

Ingredients:

Fines làmines de presa ibèrica
Trufa d'estiu
Sèrum de ceba tendra
Oli de julivert
Crostones

Disposar el sèrum de ceba tendra a la base del plat, posar els crostones de manera circular, les làmines de presa col·locar-les amb volum i ho acabarem amb trufa ratllada pel damunt i amanit amb oli de julivert.

Receptes

PANADA LÍQUIDA DE BLAT DE MORO I CONGRE EN SALAÓ

PER AL CONGRE EN SALAÓ

Ingredients:

Lloms de congre de 600 gr.
Sal marina
Sucre

Elaboració:

Fem una salmorra al 50% de sal marina i sucre. Marinem durant 24 hores els lloms oberts. Retirem la salmorra i netegem amb aigua freda. Deixem reposar a la càmera durant 7/10 dies embolicats amb una tela i damunt d'una safata foradada. Per al seu ús haurem de dessalar en aigua freda durant 24 hores canviant l'aigua al menys dues vegades.

PER LA PANADA

Ingredients:

2120 gr. de blat de moro en llauna
60 gr. de ceba cuïta
c/s de caldo de pollastre
5,5 gr. de sal
2 gr. de xantana
1,5 gr. de lecitina de soja
0,5 gr. de colorant alimentari
100 gr. d'oli de gira-sol

Elaboració:

Posem en una olla el blat de moro amb la ceba i el caldo, bullim durant 30 minuts. Triturar i colar. Emulsionar amb l'oli, afegir la lecitina, la xantana i el colorant.

PER A LA MASSA

Ingredients:

300 gr. de farina de blat
200 gr. de farina de blat de moro
565 gr. d'aigua tèbia
10 gr. de sal
12 gr. de sucre
1 cullerada d'allada

Elaboració:

Amassar tots els ingredients durant 15 minuts i reposar de 8 a 10 hores. Estirar amb una mica d'allada i tallar amb un talla-pastes. Fregir en oli abundant. Fer forats a la part superior.

PER A LES "MIGAS" D'EMPANADA**Ingredients:**

500 gr. de farina de blat
200 gr. d'allada
200 gr. de llet
8 gr. de sal

Elaboració:

Amassar i reposar. Racionar, filmar i congelar. Després rallem sobre el paper sulfuritzat i fornem a 165°C sense ventilador durant 15 minuts.

CONGRE AMB CALDO DE SALAONS**PER AL CONGRE SEC****Ingredients:**

Congre sec
Romaní
Caldo de salaons

Elaboració:

Hidratar el congre sec durant 48 hores. Després fumar-lo amb romaní. Envasar al buit amb caldo de salaons i coure durant 4 hores a 65°C.

PER AL CALDO DE SALAONS**Ingredients:**

1,5 l. d'aigua
500 gr. de congre en salaó
5 gr. de greix fumat
30 gr. d'enciam de mar en salaó
c/s de cayena
1 fulla de llorer
20 gr. de vi blanc
70 gr. de ceba
30 gr. de porro
¼ de gra d'all

Elaboració:

Netejar i tallar la cua del congre i la posem amb sal gruixuda durant 25 minuts. Rentem i assequem. Coure les verdures picades ben fines, afegim el vi blanc, els salaons i cobrim amb aigua. Coure lentament durant 25 minuts. Coem i reservem.

PER EL KABAYAKI

Ingredients:

100 gr. de mirim
100 gr. de sake
100 gr. de soja
100 gr. de sucre
0,5 gr. de xantana

Elaboració:

Posem en un cassó al foc el mirim i el sake, reduïm a la meitat. Incorporem la soja i el sucre i reduïm a la meitat de nou. Afegim la xantana, triturem i traiem l'aire amb la màquina de buit. Refredem i ja el podem utilitzar.

Amb un pinzell pintem el congre, anem donant voltes al mateix temps que pintem, repetir el procés dues vegades.

CONGRE A BAIXA TEMPERATURA AMB CALDO DE PEUS DE PORC I BOLETS

PER AL CONGRE

Ingredients:

Lloms de congre
Greix de peus de porc

Elaboració:

Fem porcions de 80/90gr. de congre, envasem al buit amb el greix dels peus de porc i ho cuinem a 65°C durant 2 hores.

PER AL CALDO DE PEUS DE PORC

Ingredients:

4 u. de peus de porc
750 gr. de ceba
200 gr. de porro
100 gr. de pastanaga
30 gr. d'all
2 u. de tomàquet
2 u. de fulla de llorer
10 gr. de pebre negra en gra
1 branca de farigola
1 ampolla de vi negre
200 gr. de greix de peus de porc
8 gr. d'emulsionant en pasta
2 gr. de xantana

Elaboració:

Escaldar els peus de porc per un costat. Per altre banda tallem les verdures en bresa, daurem per ordre; alls, ceba, porro, pastanaga. Quant estigui ben daurat afegir el tomàquet i coure bé. Desglaçar varies vegades amb el vi fins que s'integri totalment. Afegir els peus de porc i la resta d'herbes aromàtiques i espècies. Coure durant 8-10 hores. Colar i refredar ràpidament per poder separar el greix del caldo.

Reduir fins aconseguir el sabor desitjat. Rectificar de sal i emulsionar cada litre de caldo amb 200 gr. de greix de peu de porc. Que ha sortit com a resultat de fer el caldo amb la xantana i l'emulsionant en pasta

PER ALS BOLETS

Ingredients:

Bolets variats

All

Gingebre

Farigola

Caldo de peus de porc

Ratlladura de pell de taronja

Elaboració:

Piquem l'all, el gingebre i la farigola. Saltegem amb els bolets, glacegem amb una mica de caldo de peus de porc i acabem amb la ratlladura de pell de taronja per aromatitzar.



FÒRUM
GASTRONÒMIC
és
Girona

Receptes

MARIA JOSÉ SAN
ROMÁN
MONASTRELL

ARRÒS AMB POTA DE VEDELLA I CIGRONS

PER AL CALDO

Ingredients:

2 kg. de pota de vedella
300 gr. de ceba
300 gr. de tomàquet
150 gr. de pastanaga
300 gr. de porro
250 ml. de vi negre
500 gr. de costella de porc
500 gr. d'ossos de canya de vedella (amb moll de l'os)
5 L. d'aigua
150 ml. d'oli d'oliva verge extra

Elaboració:

Daurar les costelles i els ossos al forn a 220°C.
Saltejar les verdures tallades a mirepoix amb l'oli fins que tinguin un color molt fosc, desglàçar amb el vi.
Afegir l'aigua, la costella, els ossos i la pota, coure a foc lent durant 4 hores.
Colar, desossar la pota i tallar-la a trossos petits. Reservar el caldo, el resultat serà aproximadament 1 litre.

PER A LA POLS DE XISTORRA I BOTIFARRÓ

Ingredients:

200 gr. de xistorra
100 gr. de botifarró

Elaboració:

Escalfar els embotits per separat per a poder-los desgrijar i esmicolar més fàcilment. Assecar al forn a 50°C durant 8 hores. Triturar fins a obtenir pols.

PER A LA SALMORRETA

Ingredients:

250 gr. de nyora neta
150 gr. d'all picat
250 gr. de tomàquet madur
600 ml. d'aigua
100 ml. d'oli d'oliva extra per fregir

Elaboració:

Escaldar les nyores amb l'oli a 150°C, fregir en el mateix oli els alls. Fornejar los tomàquets a 180 °C durant 10 minuts. Triturar tot a la thermomix amb l'aigua.

PER A L'AIGUA DE SAFRÀ**Ingredients:**

250 ml. d'aigua
1 gr. de bri de safrà

Elaboració:

Infusionar a 65°C durant 4 hores.

PER A L'ARRÒS**Ingredients:**

320 gr. d'arròs varietat bahía
960 ml. de caldo de pota
300 gr. de pota trossejada
60 ml. d'aigua de safrà
60 ml. d'oli d'oliva verge extra
40 gr. de salmorreta
150 gr. de cigrons bullits
5 gr. de sal fina
2 gr. de pebre rosa
Pols de xistorra i botifarró

Elaboració:

Escalfar l'oli en una paella, afegir l'arròs i de seguida l'aigua de safrà, remoure i afegir el caldo bullint amb la salmorreta, els cigrons, la pota i la sal. Quant arranqui el bull, introduir el forn i coure 15 min a 180°C. Passat aquest temps, assecar al foc fins aconseguir el socarrat. Emplatar espolvorejant la pols de xistorra i botifarró i finalment posar el socarrat al damunt.

ARRÒS AMB PLÀNCTON I COCOTXA DE LLUÇ**PER AL FUMET BLANC****Ingredients:**

500 gr. d'espina de rap i lluç
10 gr. d'alga kombu
2 L. d'aigua

Elaboració:

Remullar el kombu durant 30 minuts. Posar en una olla amb les espines ben rentades i l'aigua. Quant trenqui el bull treure les impureses i coure a foc lent durant 2 hores, colar.

PER A L'ARRÒS

Ingredients:

320 gr. d'arròs carnaroli envellit
800 ml. de fumet blanc
80 ml. d'oli d'oliva verge extra
40 gr. de carbassó
40 gr. de mongeta tendre
40 gr. d'espàrrecs
6 gr. de plàncton de lluç
200 gr. de cocotxa de lluç
12 gr. de sal fina

Elaboració:

Confitar les cocotxes amb la meitat de l'oli.

Dissoldre el plàncton amb aigua.

Escaldar les verdures en aigua salada, refredar amb aigua i gel.

Escalfar el caldo i l'altra meitat de l'oli en una olla express, quan bulli afegir l'arròs i la sal, tapar i coure durant 12 minuts.

Refredar l'olla sota l'aixeta per parar la cocció, afegir les verdures i l'oli de les cocotxes a l'arròs. Mentecar el plàncton dissolt. Emplatar col·locant les cocotxes al damunt.

ARRÒS DE TARONJA I OLI D'OLIVA AMB ALTRES CÍTRICS

PER A LA CONFITURA DE TARONJA

Ingredients:

200 gr. de taronja
120 gr. de sucre moreno de canya
20 ml. d'aigua

Elaboració:

Pelar la pell de la taronja i bullir-la tres vegades. Escórrer i triturar a la thermomix. Tallar la taronja de forma rústica i coure-la a foc lent amb l'aigua, el sucre i la pell triturada durant 45 minuts. Refredar.

PER A L'ARRÒS

Ingredients:

170 ml. de suc de taronja
180 ml. d'aigua
100 gr. d'arròs varietat sènia
80 gr. de confitura de taronja
40 ml. d'oli d'oliva verge extra varietat arbequina
2 gr. de canyella en rama
Sucre moreno de canya per a cremar
Altres cítrics (mandarina, pomelo, ratlladura de taronja i llimona)

Elaboració:

En una olla a pressió, escalfar el suc i l'aigua amb la canyella fins arribar a ebullició. Tirar l'arròs, tapar i quant comenci a sortir el vapor de la vàlvula, abaixar el foc al mínim i coure 14 minuts. Transcorregut aquest temps, apartar de l foc i deixar reposar 5 minuts. Obrir la tapa i refredar l'arròs estenent-lo en una safata. Afegir la confitura i quant estigui totalment fred emulsionar amb l'oli a poc a poc. Emplatar espolvorejant el sucre moreno i cremant-ho amb un soplet. Decorar amb trossos de cítrics frescos i ratlladura de llimona.

ARRÒS INTEGRAL AMB GUATLLA I ALBERGÍNIA

PER AL CALDO DE GUATLLA

Ingredients:

2 kg. de guatlla de granja
2 kg. de perdiu
150 gr. de ceba
150 gr. de pastanaga
150 gr. de porro
250 ml. de vi negre
150 gr. de brandi
5 L. d'aigua
150 ml. d'oli d'oliva verge extra

Elaboració:

Daurar les perdius i les guatlles al forn a 220°C. Saltejar les verdures tallades a mirepoix amb l'oli fins a obtenir un color fosc. Desgreixar amb el vi i el brandi. Col·locar en una olla exprés, afegir l'aigua, tapar i coure a 1 bar de pressió durant una hora. Colar.

PER A LA GUATLLA

Ingredients:

2 kg. de guatlla

Elaboració:

Netejar les guatlles, desossar els pits i reservar. Marcar la cuixa i les carcanades, cuinar-ho al caldo de guatlla durant 30 minuts. Colar, guardar el caldo, desossar i tallar a daus petits la carn.

PER A LA SALMORRETA

Ingredients:

250 gr. de nyora neta
150 gr. d'all picat
250 gr. de tomàquet madur
600 ml. d'aigua
100 ml. d'oli d'oliva extra per fregir

Elaboració:

Escaldar les nyores amb l'oli a 150°C, fregir en el mateix oli els alls. Fornejar los tomàquets a 180 °C durant 10 minuts. Triturar tot a la thermomix amb l'aigua.

PER A L'AIGUA DE SAFRÀ

Ingredients:

250 ml. d'aigua
1 gr. de safrà

Elaboració:

Infusionar a 65°C durant 4 hores.

PER A L'ALBERGÍNIA

Ingredients:

1 u. d'albergínia

Elaboració:

Punxar l'albergínia i coure-la al microones 6 minuts. Pelar i tallar en cubs de 2x2cm.

PER A L'ARRÒS

Ingredients:

320 gr. d'arròs integral varietat bahia

60 gr. d'aigua de safrà

60 gr. d'oli d'oliva verge extra

40 gr. de salmorreta

5 gr. de sal fina

2 gr. de pebre negre

Elaboració:

Escalfar el caldo, l'aigua de safrà, la salmorreta i l'oli. Quant comenci a bullir afegir l'arròs, salar i coure 45 minuts a 1 bar de pressió. Passat aquest temps refredar l'olla amb aigua directe de l'aixeta per parar la cocció. Saltejar l'albergínia i la carn de perdiu, afegir l'arròs. Marcar els pits, cuinar-los 1 minut al forn i laminar-los. Emplatar l'arròs i col·locar el pit al damunt.

Receptes

COCA DE BLAT DE XEIXA, ESPINACS, VERAT MACERAT AMB PEBRE VERMELL DE TAP DE CORTI I CHUTNEY DE PEBROT VERMELL DE TAP DE CORTI

PER A LA MASSA

Ingredients:

75 ml. d'aigua mineral
70 ml. d'oli d'oliva verge extra
200 gr. de farina semi integral de blat Xeixa
5 gr. de llevat de pa fresc

Elaboració:

En un bol barrejar l'aigua tèbia, l'oli, el llevat i un pessic de sal. Afegir poc a poc la farina fins a obtenir una massa compacte, elàstica i que no s'enganxi a les parets del bol. tapar amb un drap y deixar reposar en un lloc càlid fins que la massa pugui.

PER ALS ESPINACS

Ingredients:

150 gr. d'espinaç fresc

Elaboració:

Netejar els espinaçs, trossejar-los i saltejar-los.

PER AL VERAT MACERAT

Ingredients:

200 gr. de llom de verat net i sense espines
200 gr. de sal
100 gr. de sucre
200 ml. d'AOVE arbequina
100 gr. de pebre vermell de Tap de Cortí

Elaboració:

En una safata plana cobrir durant 30 minuts el verat amb la barreja de sal i sucre. Passat aquest temps retirar la barreja amb aigua i assecar bé. Durant 4 hores cobrir el verat amb el pebre vermell i l'oli.

PER AL CHUTNEY

Ingredients:

200 gr. de pebrot vermell fresc de Tap de Corti nets
50 ml. de vinagre
2 gr. de pebre negre
2 gr. de caiena
20 gr. de sucre
Sal

Elaboració:

Trossejar el pebrots en brunoise molt fina. Coure a foc lent tots els ingredients fins que estigui totalment caramel·litzat.

ACABAT I PRESENTACIÓ

Fer boles de 70 gr. amb la massa, amb un corró estirar-la i posar-la sobre una safata de forn. Aquesta massa es molt elàstica i te suficient greix com perquè no s'enganxi, així que no és necessari untar la safata ni enfarinar.

Una vegada col·locada la massa, cobrir amb els espinacs i fornem a 180°C durant 10-13 minuts, la massa deu estar daurada i cruixent.

Fora del forn ho cobrirem amb el verat i el chutney.

Servir en calent.



FÒRUM
GASTRONÒMIC
és
Girona

Receptes

MARIONA VILANOVA

NYKTERI'S COCKTAIL BAR

KENZO

Ingredients:

7 cl. de suc de poma
6 cl. de Sake
1 cl. de puré de yuzu
1 cl. de licor de pera Williams
Un cop de xarop de mel i codony

Elaboració:

Posar a la coctelera i sacsejar.

TOMÀTIC

Ingredients:

12 cl. de suc de tomàquet amb wasabi
6 cl. de vodka fumat de bacon
Suc de llimona
Sal
Pebre
Perrins
Sal d'api
Tabasco

Elaboració:

Posar tot a la coctelera i sacsejar.

SUMMER LOVE

Ingredients:

Llima i kiwi trossejats
Un cop de xarop d'Atzavara
1 cl. de puré de litxi
Refresc orgànic de flor de saüc

Elaboració:

Posar la llima i el kiwi, els xarop d'Atzavara i el puré de litxi a la coctelera, sacsejar, servir a la copa i acabar-ho amb el refresc orgànic de flor de saüc.

COLL DE XAI AMB VEL DE LLET D'OVELLA A PARTIR D'HERBES SILVESTRES

PER AL COLL DE XAI

Ingredients:

100 gr. de coll de xai lletó desossat
1 tros de tel de xai

Elaboració:

Desossar correctament el coll de xai, netejar bé la carn de insercions musculars, tendons i excés de greix superficial.

Estirar la peça de carn de manera que podem farcir-la amb facilitat.

Una vegada estigui farcida, albardar amb el tel i ho cuinem a baixa temperatura unes 8 hores a 85°C fins que estigui ben tendre. Refredar ràpidament, tallar i reservar refrigerat fins al seu ús.

PER AL FARCIT

Ingredients:

50 gr. de ceba
50 gr. de pastanaga
50 gr. d'api blanc
50 gr. de cama-sec de prat
50 gr. de lletons de xai
Mantega de llet d'ovella

Elaboració:

En un cassó posar una petita quantitat de mantega i saltejar la verdura picada, quant estigui cuinat afegir els lletons picats i el bolets, salpebrem i deixem reduir tots els sucs del saltejat. Quant estigui fred ho utilitzarem per a farcir el coll de xai.

PER AL VEL DE LLET D'OVELLA

Ingredients:

1 l. de llet d'ovella amb un contingut alt de grassa
Dent de lleó
Card lleter
Cardellet

Elaboració:

Afegir la llet en un cassó amb el conjunt de vegetals i aplicar temperatura fins arribar a 92°C.

En aquest moment retirar del foc i deixar refredar, apareixerà un vel de llet amb totes les herbes enganxades a la part inferior, ho recollim amb cura i ho reservem a temperatura ambient.

PER A LA SALSA DE XAI I XICOIRA TORRADA

Ingredients:

100 gr. d'arrel torrada de xicoira
200 gr. de suc de xai rostit
50 gr. de caldo de ceba rostida
20 gr. de mantega d'ovella

Elaboració:

Elaborem una salsa lligada a partir del caldo de ceba i el suc de xai, al qual infusioanem l'arrel de xicoira, colem i emulsionem amb la mantega fins a obtenir la densitat desitjada.

ACABAT I PRESENTACIÓ

En una paella amb mantega d'ovella daurem el coll de xai ja tallat fins que estiguin ben calents i obtinguin un color daurat.

Els col·loquem en un plat calent i al damunt posem una quantitat generosa de salsa de xicoira.

Finalment col·loquem el vel de llet a la part superior. Servir en calent, acompanyar de cebetes rostides i tofi de ceba.

Receptes

TORRADA DE CANSALADA ROSTIDA AMB ENVINAGRATS I HOLANDESA FREDA

PER A LA CANSALADA DEL COLL CONFITADA

Ingredients:

720 gr. de cansalada del coll
6 gr. de sal gris
1,2 gr. de pebre negre gra
6 ml. d'oli d'oliva suau 0,4º

Elaboració:

Salpebrar amb sal gris i pebre, deixar macerar 24 hores. Passades aquestes hores, treure'n ben bé la sal i quadrar les papades. Posar les cansalades en bosses del buit individuals amb un raig d'oli d'oliva. Coure al buit amb el Roner a 75°C durant 10 hores. Una vegada cuites refredar amb aigua i gel.

PER A LA REDUCCIÓ DE XERÈS SEC I VINAGRE DE XERÈS

Ingredients:

Vi de xerès
Vinagre de xerès
Escalunya

Elaboració:

Coure l'escalunya amb oli i afegir els líquids. Reduir a foc suau fins obtenir 300 gr. de suc reduït

PER A LA SALSA HOLANDESA FREDA

Ingredients:

6 gr. de colatura d'anxova
30 gr. de rovell pasteuritzat
13,5 gr. reducció de xerès sec i vinagre de xerès
75 gr. de mantega

Elaboració:

Introduïm a la thermomix el rovell, la colatura i la reducció a 80°C fins que qualli el rovell. Baixem a 60°C i incorporem a fil la mantega fosa fins que munti. Reservar en màniga pastissera a la nevera.

PER A L'OU DUR

Ingredients:

1 u. d'ou classe L

Elaboració:

Posar a bullir amb aigua amb sal durant 10 minuts. Refredar amb aigua i gel i pelar.

PER A LA MEL I LLIMONA

Ingredients:

54 gr. de mel de romaní

6 gr. de suc de llimona

Elaboració:

Escalfar lleugerament una part petita de la mel i barrejar-la amb el suc de llimona. Acabar d'integrar la resta de la mel i reservar en biberó.

ACABAT I PRESENTACIÓ

Posar les cansalades en una safata amb paper sulfuritzat amb la cotna a dalt. Rostir a 200°C entre 45-50 minuts. Acabar a 220°C 15 minuts més.

Separar la cotna que ens haurà quedat ben souflada i tallar-la a quadrats. Repelar bé la cansalada de l'excés de greix i tallar-ne làmines de 1/2cm de gruix. Torrar el pa a la brasa si pot ser i posar-hi a sobre la salsa holandesa i espolvorejar-hi els envinagrats (Tàperes, cogombrets en vinagre, cebes en vinagre). Tapar amb la cansalada calenta i posar la cotna a sobre repartida. Acabar amb mel i servir.

ESCUMA DE NAPS I PATATES AMB CANSALADA CONFITADA, VIEIRES I AMANIDA DE PERA DE PUIGCERDÀ

Ingredients:

250 gr. de patata
250 gr. de naps
200 gr. de crema de llet
225 gr. d'aigua de la cocció
½ panxeta de porc ral confitada
12 u. de vieires
1 u. de pera de Puigcerdà
Brots per decorar

Elaboració:

Posem a bullir els naps i les patates, quan estigui cuit, posem la quantitat d'aigua i de crema de llet juntament amb els naps i les patates en un recipient per a poder triturar, afegim sal i pebre i ho posem amb un sífó amb dues carregues.

Envasem la panxeta amb bosses de cocció i la coem a 80°C durant 12h, després fem uns daus i ho marquem amb una paella ben calenta.

Pelem la pera i la tallem a daus, l'amanim amb un raig d'oli d'oliva verge extra.

Marquem les vieires en una paella calenta.

Disposem les vieires, la panxeta i la els daus de pera harmònicament per al plat, marquem alguns punts d'escuma repartits i ho acabem amb els brots decoratius.

Receptes

A MODE DE TACO, SOCARRAT

PER AL CALDO DE MARISC

Elaborem un brou de marisc, a la forma tradicional (en aquest cas, galeres, crancs de mar, gambeta vermella). Rostim els mariscs en oli d'oliva, els retirem de l'olla i hi afegim la ceba, daurem i afegim la pastanaga, seguidament el porro i seguim daurant. Incorporarem el marisc, la salsa de tomàquet i integrem bé. Afegim les algues i mullem amb l'aigua mineral. Cuinem a foc suau durant 40 minuts. Retirem del foc i deixem reposar tapat durant 30 minuts més. Passem el brou per un colador fi i reservem.

PER A LA BASE DE CEBA I CALAMAR

Ingredients:

50 gr. de calamars fresc
50 gr. de ceba tendre
10 gr. d'oli d'oliva arbequina
3 gr. de sal en escates

Elaboració:

Netegem bé el calamar, reservant les aletes i les potes per a altres elaboracions. Piquem el cos del calamar a brunoise, igual que la ceba tendra. En una Cocotte® ben calent, afegim l'oli i el calamar trossejat, daurem bé i afegim la ceba tendra i la sal en escates, desglàçar els fons que ha deixat el calamar a la base de la Cocotte® i la tapem. Baixem el foc i deixem guisant fins que la ceba i el calamar es cuinin bé, aconseguint un sofregit homogeni. Reservem.

PER A LA MARCA D'ARRÒS

Ingredients:

140 gr. d'arròs Aquarello
550 gr. de caldo de marisc
Sal en escates

Elaboració:

Escalfem el brou de marisc fins a punt d'ebullició i assaonem. En una Cocotte® calent, incorporarem l'arròs i mullem amb el brou. Movem, sense deixar que s'agafi, fins evaporar el brou per complet. Estirem l'arròs sobre una safata plana i refredem ràpidament en el abatador de temperatura. Reservem en racions de 20 gr.

PER A LES ESPARDENYES

Ingredients:

300 gr. d'espardenyes (150 gr. un cop netes)
Oli d'oliva arbequina
Sal en escates

Elaboració:

Rentem bé les espardenyes en aigua freda. Escorrem i congelem separats entre si a l'abatedor de temperatura. Amb una punta, fem una petita incisió longitudinalment sobre la pell de l'espardenya. Retirem la totalitat de la pell i la reservem per a altres elaboracions. Reservem les espardenyes "nus".

PER A LA MAONESA D'HERBES

Ingredients:

10 gr. de cerfull
10 gr. de cibulet
20 gr. d'ou pasteuritzat
40 gr. d'oli de gira-sol
3 gr. de sal en esates

Elaboració:

Desfullem el cerfull i piquem lleugerament el cibulet. Introduïm les herbes en un got de túrmix juntament amb l'ou i la sal en escates. Triturem bé i passem la barreja per un colador fi a un altre got de túrmix. Muntem la maionesa sense deixar de turbinar, afegint-li l'oli de gira-sol a fil. Reservem la maionesa en màniga.

PER A L'ESCALUNYA ROSTIDA

Ingredients:

2 escalunyes
10 gr. d'oli d'oliva arbequina
Sal en escates

Elaboració:

En aigua de mar bullint, escaldem les escalunyes durant 15 segons. Refredem ràpidament en aigua de mar amb gel. Escorrem i retirem la primera capa de les escalunyes. Reservem.

ACABAT I PRESENTACIÓ

En un pot calent afegim un rajolí d'oli d'oliva, incorporem el sofregit de calamar i movem. Afegim la marca d'arròs i seguidament mullem amb el brou de marisc calent. Assaonem i anem movent l'arròs i mullant poc a poc durant 8 minuts fins a aconseguir un arròs lleugerament caldós. En una paella anti-adherent ben calent incorporem oli d'oliva i afegim l'arròs. Movem ràpidament la paella perquè l'arròs cobreixi tota la superfície de la paella. Deixem cuinar a foc fort sobre la planxa fins que comenci a formar-se un 'socarrat' lleugerament daurat. Acabem de cuinar el 'socarrat' a foc més baix i deixem reposar a la paella fora del foc. Retirem el 'socarrat' de la paella i el posem sobre el plat. Assaonem lleugerament les espardenyes i afegim un rajolí d'oli d'oliva arbequina. Marquem lleugerament a la planxa i repartim les espardenyes al centre i llarg del 'socarrat'. Acabem amb les escalunyes de mar, la mare perla, l'escalunya rostida i la maionesa d'herbes.

LA MEVA INFÀNCIA

PER A LA CREMA DE MUSCLOS

Ingredients:

140 gr. de musclos (la carn)
200 gr. d'aigua de musclos
35 gr. de mantega
30 gr. de ceba tendra
0,5 gr. d'all
20 gr. de vi blanc
2,5 gr. d'alga nori seca
100 gr. de nata 35% MG

Elaboració:

Netegem bé els musclos. Per obtenir la seva carn i la seva aigua, escalfem una olla i afegim els musclos, afegim una mica d'aigua mineral (600 ml per cada kg de musclo) per provocar vapor i tapem l'olla. Cuinem fins que els musclos estiguin oberts completament. Retirem la carn dels musclos de les petxines i colem l'aigua resultant per una superbag.

En una Cocotte® sobre la planxa, afegim la mantega, esperem al fet que es funda sense agafar color i afegim la ceba tendra en brunoise. Tirem a foc suau i tapat. Incorporarem la carn del musclo i movem fins a integrar amb la ceba picada. Vam pujar el foc i afegim el vi blanc, fins evaporar l'alcohol. Incorporarem l'alga nori, la nata i l'aigua de musclo. Cuinem durant 10 minuts i deixem reposar tapat durant 30 minuts més. Triturem bé en Thermomix i passem per colador fi. Reservem.

PER AL MIMÈTIC DE MUSCLO LYO

Ingredients:

250 gr. de crema de musclo
50 gr. d'aigua de musclos
25 gr. d'isomalt
1 gr. d'obulato
0,9 gr. d'agar-agar
1 gr. de colorant negre en pols

Elaboració:

Introduïm tots els ingredients a la Thermomix i triturem a velocitat 7 amb 80°C de temperatura durant 8 minuts. Estirem la barreja sobre una safata i deixem refredar a la nevera fins que gelifiqui. Introduïm la gelatina resultant a la Thermomix i triturem a velocitat 3 a 50 ° C fins a aconseguir una emulsió llisa. Passem per un colador fi. Estirem una capa fina de la barreja amb l'ajuda d'una cullera sobre el motlle de silicona de musclo i congelem. Repetim l'operació fins aconseguir el gruix de petxina mimètica desitjada. Desemmotllem la petxina i liofilitzem.

PER A LA CLOROFIL·LA MARINA

Ingredients:

100 gr. d'alga còdium fresc
60 gr. de jonc marí
50 gr. de kombu en sal
650 ml. d'aigua mineral

Elaboració:

Rentem el Kombu en sal, introduïm tots els ingredients a la Thermomix i triturem a velocitat 7 durant 7 minuts a 70°C. Passem el líquid resultant per una superbag i refredem ràpidament en abatedor. Reservem.

PER AL MIMÈTIC DE GELAT DE PETXINES

Ingredients:

100 gr. de clorofil·la marina

Elaboració:

Amb la barreja de clorofil·la, estenem en el motlle de les petxines i congelem. Desmotllem i reservem en congelador.

PER A L'EMULSIÓ D'ALGA CÒDIUM

Ingredients:

200 gr. d'alga Còdium fresca

150 gr. de nata líquida 35% MG

50 ml. d'aigua mineral

1,2 gr. d'agar agar per cada 100 gr. de barreja

Sal en escates

Elaboració:

Introduïm tots els ingredients a la Thermomix excepte l'agar en pols. Triturem a 70°C velocitat 7 durant 7 minuts i passem la barreja per un colador fi. Refredem la barreja, incorporem l'agar en pols i sense deixar de remoure amb una vareta portem a ebullició.

Refredem la barreja sobre una safata a la nevera fins gelificar. Introduïm la gelatina resultant a la Thermomix i triturem a velocitat 3 a 50 ° C fins a aconseguir una emulsió llisa.

Passem per un colador fi. Reservem en una mànega

PER AL DASHI DE GAROINES

Ingredients:

100 gr. de carn de garoina

90 gr. de retalls de pernil ibèric

21 gr. de shitake sec

20 gr. de sake

10 gr. de kombu sec

500 gr. d'aigua mineral

Elaboració:

Passem les retallades de pernil per la picadora. Introduïm tots els ingredients en una olla a pressió i cuinem 10 minuts des que comença a fer vapor. Deixem reposar dins de l'olla durant 30 minuts i la obrim. Colem el dashi resultant per una superbag. Reservem.

PER AL MIMÈTIC DE GAROINA GELADA I LIOFILITZADA

Ingredients:

350 gr. de dashi de garoina

100 gr. de nata líquida 35% MG

2,5 gr. d'agar en pols

Colorant verd en pols

Colorant negre en pols

Elaboració:

Barregem els ingredients menys el colorant. Repartim la barreja en 2 cassons diferents i a parts iguals. Afegim colorant verd en un d'ells i en un altre colorant negre. Obtindrem 2 emulsions amb mateix sabor però diferent color. Sense deixar de remoure amb una vareta, portem a ebullició la barreja d'un dels cassons, estirem sobre una safata i deixem refredar a la nevera fins gelificar. Repetim la mateixa operació amb l'altra barreja. Triturem amb el túrmix les gelatines i les passem per un colador fi. Omplim els motlles mimètics d'eriçó amb les emulsions i buidem lleugerament el centre de cada un. Congelem. Uns els liofilitzarem i l'altre el servirem congelat.

PER A LA SALSA DE CARGOLINS**Ingredients:**

1 kg. de cargolins
185 gr. d'escalunya
14 gr. d'all negre
150 gr. de nata
12 gr. de xili vermell
100 gr. de suc de llimona
60 gr. de salsa de soja
50 gr. d'oli d'oliva
6 gr. de citronella
7 gr. de gingebre
48 gr. de kombu en sal
800 ml. d'aigua mineral

Elaboració:

En una Cocotte® ben calent, afegim l'oli d'oliva, incorporem les escalunyes pelades i tallades a quarts i els grans d'all pelats i sencers. Daurem lleugerament, afegim el xili vermell trossejat, la citronella picada, el gingebre pelat i movem bé.

Incorporem els cargolins prèviament rentats i movem, afegim l'alga kombu prèviament rentada i el suc de llimona. Integrem bé i incorporem la salsa de soja, la nata, i l'aigua mineral. Deixem cuinar des que aixequi el bull 10 minuts i deixem reposar tapat i fora del foc durant 30 minuts més. Passem la salsa resultant per una superbag i reservem.

PER AL MIMÈTIC DE CARGOLÍ GELAT I LIOFILITZAT**Ingredients:**

300 gr. de salsa de cargolí
0'9 gr. de xantana
4 gr. de fulles de gelatina
2 carregues de sífó

Elaboració:

Escalfem lleugerament la salsa de cargolí. Barregem amb la xantana triturem bé i incorporem la gelatina. Passem la barreja per un colador fi i la introduïm en un sífó amb 2 càrregues de gas. Deixem refredar, barregem bé i buidem l'escuma en un bol. Amb l'ajuda d'una espàtula, omplim els motlles mimètics de cargolí i cargol de mar i congelem. Desemmotllem els mimètics, uns els servirem congelats i altres els liofilitzem.

PER ALS CARGOLINS**Ingredients:**

1 l. d'aigua de mar
100 gr. de cargolins

Elaboració:

Rentem bé els cargolins. Els bullim en aigua de mar durant 5-8 minuts segons la mida. Escorrem els cargolins i retirem la carn amb l'ajuda d'una agulla. Els trossegem en 3 i reservem.

ACABAT I PRESENTACIÓ

Amb l'ajuda d'una màniga, repartim l'emulsió de Còdium sobre la closca LYO de musclo, repartim els cargolins cuits, i les petxines mimètiques gelades i liofilitzats. Acabem amb uns brots frescos de laurencia.

PAU PONS

L'ARTESANA DEL
POBLENOU

ROSTI DE PATATA AMB BACALLÀ I ROVELL D'OU

Ingredients:

300 ge. de bacallà dessalat
Oli d'oliva suau
1 gra d'all
50 gr. de nata líquida
1 patata agria
1 ou
10 gr. de tàperes picades
Sal maldon
Pebre negre

Elaboració:

Confitar el bacallà amb l'oli d'oliva perfumat amb l'all i ho reservem, escalfar la nata líquida i triturar amb el bacallà i el gra d'all, tot seguit ho anirem emulsionant amb l'oli de confitar el bacallà. Obtindrem la brandada que rectificarem de sal i pebre i reservarem en una màniga pastissera.

Pelar la patata agria i la ratllarem en un ratllador domèstic per a la part gruixuda, al foc tindrem una paella antiadherent on hi posarem oli d'oliva i la patata formant una capa fina, deixarem torrar a foc lent, quant estigui daurada li donarem la volta i la daurarem fins que el resultat sigui una galeta de patata cruixent.

Separem el rovell de clara i reservem.

Posarem un llit de brandada de bacallà temperada, tàperes picades al damunt, el rosti de patata i el rovell d'ou sobre del rosti, escalfem al forn tot junt durant uns 30 segons. Un cop fora del forn posarem sal maldon i pebre negre al damunt.

ALBERGÍNIA BLANCA, PINYONS I EL SEU SUFLÉ

PEL SUC DE CEBA ROSTIDA

Ingredients:

4 cebes grosses

Elaboració:

Agafar les cebes tallades a octaus i rostir al forn durant 1 hora, deixar refredar, envasar al buit sense líquid i coure a vapor a 85°C durant 5 hores. Colar sense pressionar deixant que sortir tot el suc.

PEL SUFLÉ D'ALBERGÍNIA

Ingredients:

1 u. de ceba
300 gr. de retalls d'albergínia
200 gr. de nata
100 gr. d'albúmina

Elaboració:

Escalfar la ceba amb la mantega, afegir els retalls d'albergínia i coure a foc molt lent. Afegir la nata, coure 5 minuts, triturar i passar per un colador fi. Després afegir l'aigua i l'albúmina, corregir de sal i posar al bany maria. Aquesta última part es farà per servei.

PER L'OLI DE PINYONS

Ingredients:

30 gr. de pinyons

Elaboració:

Tallar el pinyons amb un ganivet i cobrir amb oli de gira-sol i daurar.

PER A L'ALBERGÍNIA

Ingredients:

4 rectangles d'albergínia blanca de 3,5cm x 3,5cm x 7cm
Salsa miso blanca amb suc de llimona
Barreja de farines (1 part de sèmola i 3 parts de farines panaderes)

Elaboració:

Arrebossar l'albergínia amb les farines i fregir a 180°C fins que quedi cruixent. Posar una punta de miso blanc al centre del plat, al damunt col·locar l'albergínia fregida, sobre el pinyons torrats i finalment el suc de ceba amb el suflé al damunt.

BACALLÀ AMB BLEDES

Ingredients:

180 gr. de bacallà dessalat
80 gr. de tripa de bacallà escaldada
1 manat de bledes ecològiques
125 gr. d'oli d'oliva verge
½ l. de nata
½ bitxo
½ kg. de bacallà
½ kg. de bledes
¼ kg. de pell de bacallà
2 grans d'all a làmines
Vinagre de xerès

Elaboració:

Separar les fulles de les bledes i pelar les penques. Coure les penques i reservar. Escaldar les fulles d'elles bledes, afegir una mica d'all fregit i liquar. Reservar.

Daurar els grans d'all amb l'oli i el bitxo, després afegir el ½ kg. de bacallà i les pells i confitar. Cobrir amb nata i coure 5 minuts, deixar reposar. Colar deixar refredar i carregar el sífó.

Tallar les penques crues en brunoise i cobrir amb vinagre de xerès reserva.

Escalfar les tripes amb la part de la gelatina, una mica de bledes liquades, el dau de bacallà de 180 gr. i coure vigilant que no s'assequi i movent com si fos un pil pil.

Emplatat el conjunt sobre el bacallà, una mica de penques en vinagre i l'escuma al costat.

XAI DE RAÇA XISQUETA ROSTIT AL FORN DE LLENYA

Ingredients:

1 espatlla de xai ecològic reposat 3 setmanes
Suc de xai rostit
Puré de patata del bufet
Kale
Bolets variats

Elaboració:

Salar el xai en salmorra de 80 gr. de sal per litre d'aigua durant 2 hores.

Escalfar el kamado a 250°C i rostir a aquesta temperatura durant 35 minuts. Col·locar una mica de puré de patata a la base del plat, suc del rostit, els bolets i la kale saltejats al damunt del puré i finalment col·locarem l'espalla de xai.



XAVIER PELLICER

RESTAURANT XAVIER
PELLICER

PHO DE CARBASSA, XILI I CORIANDRE

Ingredients:

½ l. de caldo de carbassa a la brasa
100 gr. de fideus de carbassa
4 u. de ravioli de carbassa i llima
60 gr. de maitake
60 gr. de shitake
Brots de coriandre fresc
4 fulles d'alfàbrega
1 xili

Elaboració:

Per elaborar el caldo; fem 1 kg. de carbassa a la brasa. Envasar al buit amb 3 litres d'aigua. Coure al vapor a 80°C durant 8 hores. Colar i reduir aquests 3 litres a 2, rectificar de sal i reservar.

Amb la mandolina fer fideus cruz de carbassa. Tallar làmines fines de carbassa i tallar amb un encuny una rodona d'uns 8 cm., farcir amb la crema de llima i tancar com si fos un ravioli. Escaldar els bolets nets i reservar.

Muntar en un bol els fideus, el ravioli, els bolets i els brots de coriandre fresc, fulla d'alfàbrega i el xili picat. Servir el caldo calent a taula.