



***CURSO DE COCINA DE NAVIDAD - EL VEDAT  
DICIEMBRE 2008***

***ENTRANTES***

***ALMEJAS A LA MARINERA***

***TARTAR DE AHUMADOS***

***CALABACINES RELLENOS DE GAMBAS***

***ENSALADA DE AGUACATE, UVAS Y NUECES***

***ROLLITOS DE SALMON Y AGUACATE***

***PLATO PRINCIPAL***

***POLLO FLAMBEADO CON GUARNICION***

***O***

***PASTELITOS DE HOJALDRE CON BACALAO Y VERDURITAS DE  
TEMPORADA***

***SORBETE DE NARANJA AL CAVA***

***POSTRES***

***LECHE FRITA CON BROCHETAS DE FRUTAS DE OTOÑO***

***TARTA DE QUESO***

***ROSCA DE FRUTOS SECOS***

## **TARTAR DE AHUMADOS**

### **Ingredientes:**

200grs. de pescados ahumados (bacalao, trucha, atún...)  
200grs.de salmón ahumado  
6 u 8 pepinillos en vinagre  
1 cebolleta tierna  
1 tomate en cortado en daditos  
1 cucharada sopera de alcaparras  
1 cucharada sopera de mostaza de Dijón.  
Aceite de oliva virgen (un chorrito)  
Sal  
1bote pequeño de huevas de lumpo rojas y negras

### **Cómo se elabora:**

Cortamos en trocitos pequeños todos los ahumados, la cebolleta tierna y los pepinillos, lo mezclamos todo bien. A continuación añadimos el tomate pelado y cortado a daditos, las alcaparras y la mostaza, mezclamos otra vez. Por último, ponemos la sal y el aceite. Colocamos toda la mezcla dentro del molde sin fondo que hayamos elegido y apretamos un poco. Para terminar decoramos el plato con las huevas, la mitad de un color y la otra mitad con el otro. Podemos presentarlo con tostadas de pan finitas alrededor del tartar.

## **CALABACINES RELLENOS DE GAMBAS**

### **Ingredientes:**

4calabacinesmedianos  
1kgr de gambas  
1 bote pequeño de nata para cocinar  
2 cebollas medianas  
1 vaso (de los de agua) de vino blanco  
2 cucharadas soperas de mostaza  
Aceite de oliva  
Sal y pimienta  
1cuchradita de maizena para espesar

### **Cómo se elabora:**

Lavamos y secamos los calabacines, les cortamos las puntas y una tira fina de piel sí y otra no. Los partimos en tres trozos, les quitamos un poco de pulpa, pero sin llegar al fondo, y los cocemos al vapor 8 min. aproximadamente.

Ponemos un poco de aceite en una sartén y rehogamos en ella las cebollas picadas y cuando empiecen a estar transparentes añadimos el vino y dejamos que cueza 5 min. Añadimos las gambas peladas, salpimentamos y rehogamos hasta que estén opacas. Incorporamos entonces a la sartén la nata y la mostaza y lo cocemos unos minutos más a fuego suave. Untamos una fuente de horno honda con un poquito de aceite, colocamos los calabacines. Rellenamos los calabacines con las gambas y los cubrimos con la salsa. Si la salsa quedara un poco ligera le añadimos la cucharadita de maizena previamente diluida en una taza de café con un poquito de agua. Meter al horno 10 min. más dorándolos un poco por encima.

## **ALMEJAS A LA MARINERA**

### **Ingredientes:**

*1kg. de almejas japonesas  
1 cebolla hermosa  
2 ajos  
Perejil  
Aceite de oliva virgen extra  
1 vaso de vino blanco (1 tetrabrik pequeño Don Simón)  
Sal  
Harina*

### **Cómo se elabora:**

*Trituramos en la batidora los 2 ajos, el perejil y medio vaso de aceite y reservamos. Pochamos en una sartén a fuego medio la cebolla rallada y cuando esté dorada le añadimos 2 cucharadas de harina. Lo cocemos un par de min. e incorporamos el vino removiendo bien hasta que espese, reservamos.*

*En otra sartén calentamos 3 cucharadas de aceite, añadimos las almejas y tapamos hasta que se abran, les incorporamos entonces las dos salsas, la de cebolla y el picadillo de ajos, perejil y aceite que trituramos al principio. Cocinamos todo junto durante 10 min. aproximadamente.*

*Las dos salsas se pueden preparar y congelar por separado y utilizarlas cuando nos hagan falta.*

## **ROLLITOS DE SALMON Y AGUACATE**

### **Ingredientes:**

*1 paquete de tortillas mejicanas  
Queso philadelphia  
Salmón ahumado  
Salsa tártara  
1 aguacate en tiras  
Queso Camembert en tiras.*

### **Cómo se elabora:**

*Extendemos sobre una tortilla una capa finita de queso philadelphia, sobre esta, otra capa de salmón ahumado y un poco de salsa tártara. Por último, ponemos las tiras de aguacate y queso camembert. Enrollamos las tortillas con cuidado para que no se nos salga todo el relleno.*

*Es importante no poner las capas de ingredientes demasiado gruesas para que a la hora de enrollar la tortilla y luego cortarla no se desmonte. También podemos poner las tortillas una vez preparadas dentro del congelador 20 min. aproximadamente, al estar un poco congeladas se cortan fácilmente.*

## **ENSALADA DE AGUACATES, UVAS Y NUECES**

### **Ingredientes:**

4 aguacates  
100 grs. de salmón ahumado  
50 grs. de nueces  
8 gambas grandes cocidas y peladas  
Media lechuga  
100 grs. de uvas peladas sin pepitas  
8 tomatitos enanos  
50 grs. de mayonesa  
Sal  
Zum de limón

### **Cómo se elabora:**

Abrimos los aguacates por la mitad, retiramos el hueso y vaciamos el aguacate dejando la piel con un poco de carne. Cortamos en cuadraditos la pulpa del aguacate y reservamos. Cortamos el salmón en juliana y lo mezclamos con el aguacate previamente cortado, la mitad de la lechuga y las nueces peladas y picadas y la mitad de las uvas peladas sin pepitas y troceadas.

Aliñamos esta mezcla con la salsa mayonesa y el zumo de limón. Distribuimos esta mezcla en las cáscaras de los aguacates y adornamos en la parte superior de los aguacates rellenos con los tomatitos partidos por la mitad, las gambas grandes cocidas y peladas y con alguna uva también partida. Cortamos el resto de la lechuga en juliana para adornar los platos haciendo una cama con ella y poniendo los medios aguacates encima. Serviremos frío como entrante.

Otra opción de presentación sería en vez de rellenar las cáscaras de los aguacates, servirlos en copas individuales a modo de cóctel.

## **POLLO FLAMBEADO CON GUARNICION**

### **Ingredientes:**

1 pollo  
4 puerros  
3 cebolletas frescas  
Pimienta negra  
1 vaso de coñac  
1 vaso de agua  
Aceite de oliva  
Sal

### **Cómo se elabora:**

Salpimentamos el pollo. Cortamos en juliana los puerros y las cebolletas tiernas. En una sartén honda con aceite de oliva doramos bien el pollo y una vez dorado por todos los lados lo introducimos en una olla a presión. En ese mismo aceite pochamos los puerros y las cebollas y lo añadimos a la olla junto al pollo. Rociamos entonces el coñac sobre el pollo y flambeamos hasta que se evapore todo el alcohol. A continuación añadimos el vaso de agua, cerramos la olla y cocemos a fuego medio entre 20 y 30 min. dependiendo del tamaño del pollo. Servimos en una fuente grande el pollo entero junto a la salsa que obtenemos de triturar con la batidora todo lo que quede en la olla. Acompañamos el plato con patatas duquesa.

Las patatas duquesa se elaboran preparando un puré de patatas espeso que introducimos en la manga pastelera y sobre una placa de horno engrasada previamente formamos montañitas. Las pintamos con huevo batido por encima y las metemos al horno para gratinar.

## **PASTELITOS DE HOJALDRE CON BACALAO Y VERDURITAS DE TEMPORADA**

### ***Ingredientes:***

*Hojaldre congelado  
3 lomos de bacalao (congelados)  
1 puerro  
20 gambas congeladas  
150 grs. de jamón serrano  
Tomate frito (3 cucharadas)  
1 huevo*

### ***Cómo se elabora:***

*Descongelar el hojaldre dejándolo 30 min. fuera del congelador. Sofreír el puerro y cuando este dorado añadir las gambas el jamón y el tomate frito. Reservar.*

*Extender el hojaldre y con un rodillo estirarlo un poco más. Con un cuchillo hacer las porciones según el tamaño deseado. Con una lámina salen entre 6 y 8 pastelitos, aunque parezcan pequeños luego el hojaldre sube y doblan el tamaño. Poner una cucharada de sofrito en cada porción de hojaldre y con la ayuda de un tenedor cerrar los pasteles e irlos colocando en una bandeja de horno previamente engrasada o mejor si utilizamos el mismo papel de hornear que traen ya los paquetes de hojaldre.*

*Pintamos con huevo batido y los introducimos en el horno previamente calentado a 180° durante 15-20 min. No abrir el horno mientras están cociendo porque el hojaldre se baja.*

## **SORBETE DE NARANJA AL CAVA**

### ***Ingredientes:***

*2 naranjas  
2 limones  
½ litro de cava  
1 copa de licor de naranja  
75 grs de azúcar.*

### ***Cómo se elabora:***

*Cortamos los limones y las naranjas por la mitad y los exprimimos. Pasamos el zumo obtenido por un colador. Mezclamos medio litro de agua con el azúcar y removemos hasta que se disuelva. Ponemos el zumo de las frutas en un recipiente de cerámica o aluminio y añadimos el azúcar disuelto y el cava. Introducimos la mezcla en el congelador durante una hora, removiendo de vez en cuando.*

*Batimos las claras a punto de nieve muy firme. Incorporamos las claras a la mezcla del congelador y batimos bien para que quede homogéneo. Introducimos en el congelador 3 horas más y removemos a menudo con una cuchara. Añadimos el licor de naranja o Cointreau al sorbete y casi congelado lo servimos en copas.*

## **LECHE FRITA CON BROCHETA DE FRUTOS DE OTOÑO**

### ***Ingredientes:***

*Para diez personas aproximadamente*

*1 litro de leche entera*

*120 grs. de azúcar*

*120 grs. de maizena*

*2 cortezas de limón*

*1 ramita de canela*

*Harina y huevo batido para rebozar*

*Aceite de oliva virgen*

*Canela en polvo*

*Para las brochetas necesitamos:*

*Palos de brochetas*

*16 ciruelas pasas*

*16 orejones*

*16 dátiles...*

*1 copa de brandy*

*1 vaso grande de té*

*Azúcar.*

### ***Cómo se elabora:***

*Ensartamos los frutos secos en los palos de brocheta y los ponemos a remojo en un recipiente amplio. Vertemos el té y el brandy y dejamos macerar 24 horas. En el momento de servir las colocamos en una fuente y espolvoreamos con un poco de azúcar y gratinamos en el horno.*

*Para hacer la masa de la leche frita, reservamos un vaso de leche fría y ponemos el resto de la leche a calentar en una cazuela con las cortezas de limón y la canela en rama. Mezclamos en un bol la maizena, el azúcar y el vaso de leche fría que habíamos reservado y lo batimos bien. Cuando la leche de la cazuela esté ya caliente y tenga sabor a canela y limón le añadimos la mezcla del bol y sacamos la canela y el limón. Cocinamos despacio a fuego medio y sin parar hasta que espese, entre 20 y 30 min.*

*Pasamos la crema a una fuente amplia y dejamos que se enfríe. Cuando esté bien fría la cortamos en cuadraditos los pasamos por harina y huevo y los freímos en una sartén con abundante aceite. Espolvoreamos encima una mezcla de azúcar y canela. Colocamos en un plato la brocheta bien caliente junto a la leche frita. También está muy rico si lo servimos con una bola de helado.*

## **TARTA DE QUESO**

### ***Ingredientes:***

*½ litro de nata para cocinar  
1 vaso de leche  
1 vaso de azúcar  
5 tiras de gelatina  
1 tarrina de queso Philadelphia  
1 paquete de galletas María  
Mantequilla  
Mermelada de arándanos*

### ***Cómo se elabora:***

*Trituramos las galletas con la batidora. Ponemos en una sartén la mantequilla y una vez derretida la incorporamos a las galletas hasta que nos quede una pasta suelta con la que forraremos el molde circular y desmoldable. Lo introducimos en el congelador mientras preparamos la tarta.*

*Preparar la gelatina tal como indica el paquete.*

*En un recipiente mezclamos la nata, el azúcar, la leche y la tarrina de queso. Cuando esté bien mezclado le añadimos la gelatina y de nuevo volvemos a batir.*

*Sacamos el molde del congelador y sobre él vertemos la mezcla y de nuevo lo introducimos en el congelador hasta que esté cuajada. Antes de servirla la cubrimos con mermelada de arándanos y la desmoldamos.*

## **ROSCA DE FRUTOS SECOS**

### ***Ingredientes:***

*1 tira de hojaldre fresca  
100 grs. de nueces peladas  
100 grs. de cabello de ángel  
50 grs. de almendras tostadas  
50 grs. de pasas  
½ naranja confitada  
50 grs. de leche condensada  
1 huevo*

### ***Cómo se elabora:***

*Hacemos una mezcla con la naranja confitada cortada en trocitos, las nueces y las almendras picadas, las pasas, el cabello de ángel y la leche condensada.*

*Desenrollamos la masa de hojaldre y extendemos la mezcla por toda la superficie y formamos un rollo. Pintamos el rollo con huevo batido y lo cocemos al horno precalentado a 200° con el fuego de arriba y abajo, hasta que esté dorado. Servir en una bandeja espolvoreándole azúcar glasé.*