



La mejor formación
está en la calidad

SOPA ESPUMOSA DE CALABAZA Y LECHE DE COCO

Ingredientes

- *1/2 Kg de calabaza*
- *300 ml de caldo de verduras*
- *100 ml de leche de coco*
- *1 puerro*
- *50 ml de aceite*
- *Sal y pimienta*
- *Tabasco opcional*

Para la Guarnición

- *200 gr de setas hidratadas*
- *1 cebolla tierna*
- *Cilantro fresco*
- *50 gr de pimiento rojo*
- *50 gr. de pimiento verde*
- *Aceite y sal*

Elaboración

Cortar el puerro en aros, rehogar unos 15 minutos e incorporar la calabaza pelada y cortada en macedonia.
Alargar cocción 10 minutos y mojar con el caldo.
Cocer 5 minutos y turmizar.
Colar y agregar 3 hojas de gelatina previamente hidratadas.
Colocar en sifón y cargar con 2 a 3 cápsulas.
Dejar reposar 4 horas en frío.

Para la Guarnición

Saltear las setas 3 minutos con el aceite y retirar.
Añadir las verduras cortadas en brunoise y el cilantro picado.
Ajustar de sazón
Mantener en frío hasta pase.



La mejor formación
está en la calidad

MUSLO DE POLLO RELLENO DE PESCADO Y TRIGO

Ingredientes

- 2 muslos de pollo
- ¼ kg de pescado blanco
- 2 huevos
- Sal y pimienta

Para la vinagreta

- 1 naranja
- 1 limón
- 100ml de aceite
- Sal y pimienta
- Gotas de tabasco opcional
- 3 hebras de azafrán

Para la Guarnición

- 100 gr de trigo tierno
- Manojos de espárrago verde
- Aceite, sal y pimienta

Elaboración

Limpiar el pescado de piel y espinas, trocear
Juntar con los huevos, salpimentar y emulsionar 30 segundos. Ajustar de sazón

Deshuesar muslos y retirar grasa y cartílagos. Salpimentar y rellenar con el pescado
Cerrar con ayuda de papel film y envolver con papel de plata.
Dar forma de cilindro y cocer en agua caliente de 15 a 20 minutos en función del grosor
Retirar y dejar reposar en frío toda la noche.

Para la vinagreta

Exprimir los cítricos, salpimentar y añadir el aceite al hilo batiendo con varillas
Añadir el azafrán y dejar reposar

Para la Guarnición

Cocer el trigo el tiempo indicado en el paquete. Parar cocción en seco, aceitar y salpimentar
Partir los espárragos por el tallo, escaldarlos de 2 a 3 minutos en agua salada hirviendo
Para cocción en frío, cortar a rodajas reservando las yemas esteras.
Mezclar con el trigo



La mejor formación
está en la calidad

PANNA COTTA DE QUESO CON SORBETE DE HIGOS

Ingredientes

Ingredientes pana cota

- 200 gr de queso fresco
- 200 gr de crema de leche de 35%
- 2 hojas de gelatina
- 80 gr de azúcar
- 1 tira de piel de lima

Para el sorbete de higos

- 150 ml de vino tinto
- 150 ml de almíbar ligero
- 200 gr de higos
- Pro sorbete s/c/p

Elaboración

Llevar a ebullición la leche, reducir fuego e introducir la piel de lima y el azúcar.
Mantener a fuego suave unos 15 minutos, añadir la gelatina previamente hidratada, retirar del fuego y colar.
Añadir el queso y turmizar 30 segundos. Ajustar de gusto y colocar en las copas de servicio

Para el sorbete de higos

Calentar el vino y el almíbar y disolver el pro sorbete.
Limpiar los higos y trocear.
Turmizar el conjunto y dejar madurar toda la noche.
Mantecar al día siguiente



La mejor formación
está en la calidad

MOJO DE AGUACATE

Ingredientes

- *500 g de aguacates*
- *unas piparras*
- *1 diente de ajo*
- *hojas de perejil*
- *50 g de aceite de oliva*
- *15 g de vinagre de sidra*
- *1 pizca de zumo de limón*
- *sal*

Para la vinagreta

- *1 yogurt natural*
- *10 g de zumo de lima verde*
- *2 c/s de aceite de oliva*
- *1 c/c de eneldo picado*
- *sal y pimienta*

Además

- *Mezclum de lechugas*
- *Hojas de endivia*
- *Jamón de pato*
- *2 c/s de huevas de salmón*

Elaboración

Colocar todo junto en un vaso de túrmix y triturar hasta formar una masa homogénea.

Si queremos hacerlo más rústico lo hacemos en el mortero, majando primero las piparras junto a los ajos y el perejil, le agregaríamos el vinagre y el aceite. A continuación majaríamos también el aguacate y lo dejaríamos en trozos un poco más gruesos.

Se puede completar con salmón y anguila ahumada, huevas de trucha, magret de pato, aceite de oliva, cebollino y alcaparras.

Mezclar todos los ingredientes de la vinagreta.

Poner en un plato las hojas de endivia, rellenarlas con el mojo de aguacate y ponerle encima 1 loncha de jamón de pato, 1 poco de la vinagreta y las huevas de trucha.

Aliñar el mezclum de lechugas con la vinagreta



La mejor formación
está en la calidad

STEAK TARTARE CON MORCILLA DE BURGOS

Ingredientes

- *250 g de carne picada de ternera*
- *250 g de morcilla de Burgos*
- *Cebolla*
- *Perejil*
- *Pasas de Corinto*
- *Copita de Jerez o manzanilla*
- *1 huevo*
- *Salsa perrins*
- *Salsa tabasco*
- *Aceite de oliva*
- *Limón*

Además

- *Mahonesa*
- *Alcaparra picada*
- *Perejil picado*
- *Pepinillo picado*
- *Germinados*

Elaboración

Picar la carne minuciosamente.

Salpimentar la carne, mezclarlo con la carne de morcilla y añadirle el resto de ingredientes picados.

Rectificar de sazónamiento.

Colocar el steak en un aro sobre un plato, pimentar.

Guarnecer el steak con unos germinados



La mejor formación
está en la calidad

SANDIA SANGRIA CON MENTA Y PIEL DE NARANJA

Ingredientes

Para la Sandía

- *1/4 de sandía*
- *Vino dulce + preparación*
- *Bolsas de vacío*
- *Menta*

Para la Sangría

- *1/2 litro de vino tinto*
- *1/4 litro de gaseosa*
- *50 ml de Cointreau o licor de naranja*
- *Otros licores al gusto*
- *2 1/2 C.S de azúcar*
- *1 c.c. de nuez moscada*
- *1/2 rama de canela*
- *1 gajo de lima con piel*
- *1 gajo de naranja con piel*

Elaboración

Elaborar una sangría con los ingredientes indicados en la receta, degustar para poner en su punto de sabor y añadir cubitos de hielo si se desea enfriar más deprisa, guardar en nevera.

Envasar las peras junto con la preparación de osmosis en bolsa de vacío. Hacer el vacío y dejar reposar en bolsa.

Poner un plato con hielo pilé, poner encima del hielo la sandía, la piel de naranja de la sangría cortada en juliana y la menta.