



La mejor formación
está en la calidad

PIMIENTOS DEL PIQUILLO RELLENOS DE HUMUS DE LENTEJAS CON SU ENSALADA Y VINAGRETA

Ingredientes

- *1 bote de pimientos del piquillo*
- *1 cebolla tierna ciselé*
- *½ pimiento rojo brunoise*
- *1 pimiento verde brunoise*
- *1 lata de atún en aceite de oliva*
- *1 bote pequeño de olivas verdes picadas*
- *Vinagre de manzana*

Para el Humus de lentejas

- *Lentejas cocinadas*
- *1 C.S. de aceite de sésamo*
- *1 C.S de pasta Tahini*
- *Comino en polvo*
- *Aceite de oliva*
- *Zumo de lima*
- *Sal y pimienta*

Para la Ensalada

- *1 escarola*
- *Encurtidos de cebollitas y piparras*
- *Pepinillos en vinagre cortados en diagonal*
- *Alcaparra*
- *Cebollino*

Elaboración

Realizaremos el humus poniendo las lentejas a escurridas en un vaso de túrmix, añadir el resto de ingredientes y mixar hasta obtener una pasta, rectificar.

Lavar y cortar las verduras, llevarlas a un bol.

Ecurrir el aceite del atún y reservar para realizar la vinagreta.

Añadir el atún desmigado al bol de las verduras, añadir a este bol el jugo de los pimientos del piquillo, picar las olivas y añadirlas también al bol de las verduras, mezclar todo, condimentar. Añadir esta preparación al humus de lentejas y ligar todo, poner en manga pastelera y rellenar los pimientos del piquillo, reservar rellenos.

Añadir vinagre de manzana al bol de vinagreta donde tenemos el aceite del atún y el jugo de los piquillos, emulsionar para ligar, reservar.

Cortar hojas de escarola, lavar bien, escurrir y extender sobre un plato, colocar las piparras con punta hacia arriba, añadir las cebollitas, los pepinillos cortados y las alcaparras enteras sobre la escarola, un cebollino cortado sobre los pimientos del piquillo que colocaremos sobre la escarola en posición vertical.



La mejor formación
está en la calidad

LASAÑA DE VERDURAS VARIADAS

Ingredientes

- *Pasta de lasaña*
- *150 gr. de judías verdes*
- *1 brócoli*
- *400 gr. de tomate triturado*
- *1 cebolla*
- *1 zanahoria*
- *½ calabacín*
- *½ bandeja de champiñones laminados*
- *1 berenjena pelada*
- *Queso rallado Emmental*
- *2 patatas hervidas y chafadas*

Para la Bechamel

- *30 gr. de mantequilla*
- *¼ de cebolla en brunoise*
- *25 gr. de harina*
- *½ litro de leche*
- *Nuez moscada*
- *Sal y pimienta blanca*

Elaboración

Hervir al dente, las judías cortadas a trozos, escurrir y reservar.

Hervir el brócoli troceado, escurrir y reservar.

En una sartén, sofreír el tomate triturado y reservar condimentado.

Elaborar una bechamel con los ingredientes indicados y reservar.

Hervir la pasta de lasaña el tiempo indicado, retirar, secar y reservar.

En una sartén sofreír la cebolla ciselé, añadir la zanahoria en brunoise, añadir el calabacín cortado igual, añadir champiñones y cocinar también, por último, añadir la berenjena en brunoise y finalizar la cocción. Añadir las judías previamente hervidas, cocinar todo junto un momento. Condimentar y reservar.

Montaje

Untar la base del molde con una película de mantequilla, poner una base de pasta, colocar las verduras encima de esta primera base, colocar el brócoli junto con las verduras, añadir un poco de sofrito de tomate y un poco de bechamel para que todo se asiente, cubrir con una capa de masa, repetir la operación, cubrir con bechamel, espolvorear con queso rallado y gratinar.



La mejor formación
está en la calidad

HELADO DE TURRÓN DE JIJONA BLANDO Y DURO CON SU COBERTURA EN SALSA DE CACAO

Ingredientes

Para el Helado

- 4 yemas de huevo
- 100 gr. de azúcar
- Mantequilla
- 1 tableta de turrón blando de Jijona
- ½ tableta de turrón duro
- 500 gr. de nata montada

Para la Cobertura del helado

- Chocolate blanco
- Aceite de girasol

Para la Salsa

- 150 gr. de agua
- 75 gr de azúcar
- 3 C. S de cacao en polvo tamizado.
- 100 gr de crema de leche
- 1 nuez de mantequilla
- Licor de Amaretto o similar

Elaboración

Para el Helado

Hacer un sabayón con las yemas y el azúcar, reservar. Añadir el turrón a la mantequilla pomada y mezclar bien, añadir a la preparación anterior. Montar la nata e incorporar a la preparación de manera suave.

Picar o trocear el turrón duro de almendra en el mortero hasta obtener trozos del tamaño adecuado, reservar una parte. Añadir estos trozos a la base del helado de turrón blando y mezclar. Verter en su molde y reservar. Guardar en congelador en molde o en aro de acero inoxidable tapado con un peso.

Para la Salsa

Elaborar un almíbar con el agua y el azúcar, hasta que este último desaparezca, añadir el cacao tamizado, mezclar sin dejar de remover, añadir la crema de leche, la nuez de mantequilla y el licor. Rectificar densidad y reservar.

Derretir el chocolate blanco al baño maría para hacer la cobertura, añadir el aceite de girasol sin dejar de remover, mezclar bien y reservar.

Montaje

Sacar el helado de su molde, preparar una bandeja con rejilla, poner dos aros más pequeños que el helado encima de las rejillas, poner encima las medias esferas de helado y regar con la cobertura de chocolate blanco, esperar a que enfrié, retirar y llevar al plato de presentación.



La mejor formación
está en la calidad

TORTILLA PAISANA

Ingredientes

- *60 g de guisantes*
- *1 pimiento rojo*
- *1 cebolla*
- *1 pimiento verde*
- *2 patatas*
- *100 gr de taquitos de jamón*
- *4 huevos*
- *80 gr de aceite de oliva virgen*

Elaboración

Ponemos a calentar el aceite en una sartén grande y freímos en ella la patata y la cebolla cortadas a cuadraditos. Dejamos que se hagan un par de minutos y añadimos los dos pimientos a cuadraditos. Dejamos que se vayan haciendo y cuando estén casi hechos añadimos los taquitos de jamón.

Batimos dos huevos y añadimos las verduras fritas y bien escurridas, el puñado de guisantes ya cocidos fríos y escurridos, mezclamos y ponemos una cucharada bien colmada en cada hueco del molde. Horneamos a 200° unos 8 minutos y luego damos la vuelta con cuidado y seguimos horneando unos cinco minutos más.

Si no queréis hacerlas al horno en versión mini la podemos cuajar en la sartén como una tortilla normal y luego terminarlas en mini sartenes individuales



La mejor formación
está en la calidad

MOLLEJAS DE TERNERA A CAVA

Ingredientes

- 4 Mollejas de ternera
- 1/2 apio
- 200g de zanahoria
- 200 g de puerro
- 200 ml de cava
- 400 ml de nata líquida

Elaboración

Desangrar las mollejas 12 horas en agua y sal. Limpiarlas y dejar otras 12 horas en agua y leche. Lavarlas bien y limpiarlas de pellejos y grasas.

Transcurridas, escaldar las mollejas, enfriarlas en agua con hielo, secarlas y reservarlas.

Picar toda la verdura en brunoise, colocar en una sartén honda, apoyar las mollejas, regar con aceite y brasear en horno 35 minutos a 170°, una vez braseada reservar y cortar en medallones

Para la Salsa

Picamos la cebolla ciselée y rehogamos unos 30 minutos, reducimos el cava a la mitad y cremamos con la nata. Llevar a ebullición y reducir el fuego.

Dejar cocer a fuego bajo unos 15 minutos. Colar y ajustar de sazón.

Introducir los medallones de mollejas y cocinar 2 minutos



La mejor formación
está en la calidad

HELADO DE LECHE DE SOJA Y FRESITAS

Ingredientes

- *300 gramos de Fresas o Frutillas*
- *1 Vaso de Leche de Soja*
- *200 ml de Yogurt de Soja*
- *150 gramos de Azúcar*
- *Cubitos de Tofu (Opcional)*

Elaboración

Pondremos todos los ingredientes en un vaso triturador y turmizamos a velocidad media.

El tofu es opcional ya que su uso en la receta es solo para dar más consistencia y espesor a los helados, es decir, si ves que tu helado en líquido tienen poca fuerza puedes añadir al licuar unos cubos de tofu sin problemas.

Una vez todo licuado pasamos el líquido a la heladera, a los moldes de helado o donde quieras pasar al congelado de tu helado vigilando cada 15 minutos el proceso, batiendo la mezcla, así obtendremos como resultados un helado más cremoso si lo hacemos en casa, decoramos con fresa natural