

J. P. Fernando Quiñones



Cocina Internacional: "Un mundo de sabores"

Aperitivos (dos cocinas hermanadas)

Japón

Maki Sushi

Nigiri Sushi

Uramaki Sushi

Perú

Ceviche de Corvina

Entrada (Europa)

Roast Beef con Patatas Texturizadas y Mini Brocheta Vegetal

Primer Plato (África, Marruecos)

Sopa Harira

Segundo Plato (Sudamérica)

Colita de Cuadril con Tostones y Polenta

Postre (Europa)

Lasaña de Frutos Rojos con Flan de Queso sobre Dulce de Membrillo



Ceviche de corvina

<i>Ingredientes</i>	<i>Elaboración</i>
<p>300 gr. de corvina bien fresca, 1 cebolla roja, 2-3 limones, 1 ají picante o guindilla, 1 diente de ajo, cilantro, pimienta negra molida sal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ <i>Primero debemos limpiar y despiezar bien la corvina. Sacamos aletas, escamas, cabeza y espina dorsal. Sacamos los lomos y la ventresca y los dejamos bien limpios.</i> ➤ <i>Fileteamos estas piezas con el cuchillo bien plano para sacar láminas finas (también se puede hacer en tiras) y las vamos situando en un fuente con borde alto.</i> ➤ <i>Seguidamente cortamos la cebolla, el ajo, el ají picante y el cilantro en porciones pequeñas. La cebolla en juliana. Todo esto lo vamos poniendo encima de pescado y removemos.</i> ➤ <i>Salpimentamos y añadimos el zumo de dos o tres limones hasta cubrir.</i> ➤ <i>Ya sólo quedará poner en la nevera por espacio de 10 minutos hasta que el pescado esté bien blanco.</i> ➤ <i>El ácido cítrico modificará las proteínas de la corvina hasta dejarlas comestibles y muy sabrosas en sólo ese tiempo.</i>

Sopa harira

<i>Ingredientes</i>	<i>Elaboración</i>
<p><i>250 gr. carne de ternera (falda, morcillo), 2 cebollas, 200 gr. garbanzos, una cucharadita de colorante amarillo, una cucharada de mantequilla, una cucharadita de jengibre molido, un cubito de caldo de carne, 100 gr. lentejas, 100 gr. pasta para sopa, un manojo de cilantro, un manojo de perejil, 100 gr. concentrado de tomate, una rama de apio, 5 tomates, sal, pimienta.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ <i>Remoja en agua fría los garbanzos y las lentejas, por separado, la noche antes. Una vez remojados y escurridos, elimina la piel de los garbanzos con los dedos.</i> ➤ <i>Pica bien finos el cilantro, el perejil, la cebolla y la rama de apio. Pela los tomates y pícalos finos.</i> ➤ <i>Corta la carne en dados muy pequeños. Saltea en una cazuela grande la cebolla picada fina con la mantequilla, añade la carne, el colorante y el jengibre, salpimienta y añade un vaso de agua donde habrás mezclado el cubo de caldo concentrado. Añade los garbanzos y deja que arranque a hervir.</i> ➤ <i>Añade más agua, al menos dos litros, junto con el cilantro, el perejil y el apio picados.</i> ➤ <i>Deja cocer 30 minutos. Añade entonces las lentejas y deja cocer otros 20 minutos. Incorpora el tomate pelado y picado y deja cocer otros 10 minutos. Al final añade la pasta y deja cocer 5 minutos.</i> ➤ <i>Ajusta de sal y pimienta.</i> ➤ <i>Añade el concentrado de tomate al guiso, dejando cocer a fuego lento 10 minutos. Sirve la sopa en sopera, acompañando con gajos de limón.</i> ➤ <i>Tradicionalmente se acompaña esta receta de harira, sopa del Ramadán, de dátiles e higos secos.</i>

Colita de cuadril asada al horno

Ingredientes	Elaboración
<p>1 colita de cuadril de 1,5kg. 6 cucharadas de aceite Fécula de maiz c.s.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Colocar la colita de cuadril en una asadera para horno. ➤ Rociar la carne con una cucharada de aceite y agregar un chorrito de agua a la fuente. ➤ Cocinar en horno fuerte (200°C) 15 minutos aproximadamente. ➤ Continuar la cocción a fuego moderado (140° C) hasta que la carne esté tierna. ➤ Desglasar la placa con caldo de carne ligar con fécula de maíz y colar ➤ Servir la carne con su guarnición correspondiente y al jugo ligado anteriormente

Roast beef (frío abrigantado con gelatina)

Ingredientes	Elaboración
<p>Buey (lomo alto) 3 ½ Kg. Gelatina (ya hecha) 3l. Pepinillos 1Kg. Sal Pimienta</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sazonar y bridar la carne e introducirla en el horno de convección a 180°-200° durante una hora y tres cuartos aproximadamente. ➤ Transcurrido este tiempo, sacar la carne del horno y dejarla reposar unos minutos hasta que pierda temperatura, a continuación la guardaremos en el frío. ➤ Cortar los pepinillos con el cuchillo cebollero en juliana fina. ➤ Una vez que la pieza de carne esté bien fría (será necesario que hayan transcurrido unas horas) le quitaremos las cuerdas y la hermoaremos, eliminando las partes más duras y quemadas. ➤ Fundir la gelatina cuando esté completamente derretida pasarla por un chino de malla. <p style="text-align: center;"><u>Para decorar la carne:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Verter algo de gelatina líquida sobre los pepinillos (previamente bien escurridos y enfriados en la cámara durante 5 ó 10 minutos). ➤ Sacar la carne y con las manos pegar la juliana sobre la misma, cubriendo toda la pieza (el frío de la carne junto con el frío de la juliana de pepinillos facilitará que la gelatina cuaje rápidamente pudiéndose cubrir la pieza entera). ➤ Una vez cubierta la pieza volveremos a guardarla en el frío para que tome más cuerpo y así los pepinillos queden bien adheridos a la carne.

- *A continuación introduciremos en un barreño con agua y hielo el baño maría que contiene el resto de la gelatina. Una vez realizada esta operación, con ayuda de un cazo del nº 10 ó 12, remover la gelatina con movimientos circulares y armónicos consiguiendo con esto que la gelatina no se quede adherida a las paredes del baño maría quedando en estado líquido en el centro del mismo. A esta operación se le denomina “darle punto” a la gelatina con objeto de poder abrillanta la pieza de carne.*
- *Observaremos que la gelatina, por efecto del frío constante, va cogiendo cuerpo poco a poco, hasta obtener el punto deseado. Este punto se habrá conseguido cuando al verter la gelatina con el cazo sobre la pieza bien fría queda napada perfectamente, es decir, abrillantada.*
- *Es importante no realizar movimientos circulares bruscos al remover la gelatina, pues deben ser muy armónicos para obtener una gelatina fina y carente de pompas.*
- *Si no le hemos dado el punto correcto a la gelatina para abrillantar, volveremos a realizar el proceso en sí: fundir la gelatina, pasarla por el chino, etc.*
- *Siempre que haya que abrillantar una pieza y con objeto de que ésta tome el suficiente frío, es conveniente cocerla con un día o una noche de antelación al momento del decorado o abrillantado. Esto es importante sobre todo en los casos de grandes piezas.*