

# **RECETARIOS DE COCINA**

***NÚRIA COMADRAN MONSÓ***

## **III. RECETAS DE SOPAS Y CREMAS**

### **AJOBLANCO**

Batir en batidora 2 dientes de ajo o más, 200 g de almendras crudas peladas, una punta de pan seco.

Una vez bien fino, añadir 1 l de agua, sal, aceite de oliva, vinagre de vino y volver a mezclar.

Poner en la nevera.

Acompañar al servir, con melón maduro a dados o uvas peladas y sin semillas.

## **ESCUDELLA I CARN D'OLLA DE NADAL (CALDO CATALÁN DE NAVIDAD)**

### **25/12/XXXX NADAL**

La *escudella* de Nadal es la sopa de *galets* (y también el recipiente de barro) y la *carn d'olla* (carne de la olla) son todos los ingredientes cárnicos y vegetales hervidos, la base para hacer el caldo, que se presentan al comensal en el servicio, por separado. En las escudellas de Navidad, como plato festivo que son, los ingredientes son más numerosos y el caldo es mucho más "potente", que el de una escudella de diario. Los *galets* grandes son la pasta requerida para hacer la sopa de este día señalado. La *carn d'olla* se sirve posteriormente a la sopa, presentando en bandejas distintas las verduras y los garbanzos y las carnes. Tradicionalmente los huesos de cerdo eran salados y procedentes de la matanza. El *sagí* (la grasa abdominal enrollada) también y es opcional según comarcas.

### **Ingredientes**

2 trozos de cola de ternera

2 trozos de pecho de ternera

2 huesos de ternera (de la "rodilla")

2 jarretes de cordero

2 huesos de jamón

2 huesos de espinazo de cerdo

2 medios pies de cerdo

1 oreja de cerdo

2 trozos de panceta fresca de cerdo

Media gallina

Medio pollo

1 *pilota* grande (carne picada de ternera y cerdo, condimentada)

1 butifarra negra (que se añade al caldo casi al final, para dar un punto de sabor, sin que se deshaga)

Medio kilo de albóndigas pequeñas, que se fríen y se incorporan a la sopa cuando se cuecen los *galets*.

Garbanzos (tener en remojo 24 h)

*Galets* grandes

Queso rallado (a gusto de cada uno, cuando se sirve la sopa)

Todas las verduras propias de un caldo: patatas, cebolla, ajos, zanahorias, nabo, chirivía, porro, apio, media col y calabaza (opcional).

## **Preparación**

Primero se colocan las carnes en la olla, con agua fría y los garbanzos.

Se espuma el caldo.

Pasada 1 h se baja el fuego a medio-bajo.

Se añaden posteriormente y paulatinamente, las verduras (ha de quedar cada ingrediente vegetal en su punto de cocción).

Según los ingredientes utilizados y el grado de cocción requerido, se hierva 2-3 h. 4 h si empleamos ingredientes tradicionales, como el carnero.

Cuando está listo el caldo, se cuela.

Se añaden los *galets* y se hierven el tiempo requerido, para que queden al gusto de la casa, junto con las albóndigas.

## **CONSOMÉ**

Para dar color al consomé, añadir un poco de azúcar quemado y un poco de Jerez.

## **CONSOMÉ CON BOLITAS DE QUESO**

Se ralla queso de Parma, se amasa con huevo haciendo bolitas y se fríen.

## **CREMA DE TOMATE**

Sofreír en aceite 1 cebolla, añadir 1 pimiento asado y pelado, 4 tomates y 1 pepino pelado.

Cocer y pasar por la batidora.

Hacer una mayonesa con unas gotas de vinagre y añadir 3 cucharadas de nata líquida.

Mezclar con la crema.

Servir fría.

## **SALMOREJO DE PURÉ**

Preparar un puré de patata.

Pasar por la batidora 1 diente de ajo, 1 pimiento verde, 3 tomates, medio vaso de aceite, 3 cucharadas de vinagre y sal.

Mezclar con el puré.

Servir frío.

## **SOPA BLANCA**

Poner a hervir 1.5 l de agua con sal y vinagre.

Verter 4 claras; en el agua añadir lentamente una tacita de mayonesa e ir meneando; cuando cuajen separar las claras, colocar en un plato y desmenuzar.

En una cazuela poner rebanadas de pan frito y encima las claras desmenuzadas.

Verter encima el agua y cocer a fuego lento, removiendo.

Servir caliente.

## **SOPA DE CALABACÍN**

Cortar o rallar 1 kg de calabacín pelado.

Añadirles 5 vasos de agua y 5 quesitos El Caserío.

Hervir 45'.

Pasar por batidora para hacerlo puré.

## **SOPA DE CEBOLLA (Gloria Antón)**

Hervir 1 kg de cebollas con agua y sal.

Escurrir y guardar el agua.

Hacer bechamel con medio litro del caldo de cebollas, medio litro de leche y 2 cucharadas de harina.

Añadir las cebollas y pasarlo por la batidora, añadiendo el caldo de las cebollas, si hace falta.

## **SOPA DE BACALAO**

Hervir patatas a trozos, perejil y ajo.

Cuando ya está, añadir un trozo de penca y dejar 5'.

Pasarlo todo en puré, como una crema (sin la piel).

Sofreír despacio 10 dientes de ajo pelados.

Poner el trozo de penca en bandeja para horno, añadir el aceite de los ajos y cocer al horno 10'.

En el mismo aceite de los ajos, sofreír 4 ñoras y un poco de guindilla, triturar y colar.

En plato hondo poner láminas de bacalao, al lado la crema de patatas y encima la salsa de ñoras

## **SOPA DE PESCADO (Amorós)**

Sofreír gambas.

En el mismo aceite, saltear un poco el rape a trozos.

En el mismo aceite poner cabezas y la piel de las gambas y aplastar.

Añadir 1 cebolla, 2 zanahorias, la cabeza, la piel y la espina del rape, cubrir de agua, sal, pimienta, unas gotas de absenta y hervir 30'.

Colar y en el caldo, añadir las zanahorias y pasar por la trituradora.

Para emplatar: repartir gambas, rape, arroz blanco ya hervido y poner caldo por encima.

## **SOPA DE MARISCOS (M<sup>a</sup>. Paz)**

Sofreír 4 cebollas a rodajas o tiras

Añadir 250 g de tomate troceado

Apartar cuando esté hecho.

Poner en cazuela medio kg de almejas, medio de gambas, la cabeza del rape, cubrir de agua, sal y arrancar el hervor y dejar enfriar.

Pasar por el pasapurés el sofrito e irle añadiendo toda el agua del pescado.

Añadirle el pescado desmenuzado y una picada de 2 ajos, perejil, diluirlo con vino blanco.

Añadirle Maizena diluida con caldo de pescado, para que quede una crema.

Dejar hervir 10' y servir.

## **SOPA DE TOMILLO**

Se hierve tomillo fresco, con 1 par de dientes de ajo y un chorro de aceite de oliva.

Con el caldo se ahogan rebanadas de pan de payés (de pueblo), un poco seco.

Se le añade 1 huevo y se pasa todo por la batidora, añadiéndole 1 cucharada de crema de leche.

## **SOPA DE VIEIRAS (L. Fisas)**

Se pueden utilizar vieiras congeladas (sin la parte roja).

Picar finamente un cuarto de cebollino.

Exprimir 1 limón.

Cortar a daditos 400 g de zanahorias, 1 puerro, 1 apio nabo de 300 g y la pulpa de 1 limón.

Llevar a ebullición 40 cl de caldo de pescado, 20 cl de vino blanco y cocer las verduras 15', con briznas de tomillo limonero y el zumo de limón.

Añadir las vieiras y 1 dl de crema de leche.

Cocer 2' (si se cuecen demasiado quedan duras).

Se pueden añadir también colas de gambitas.

Fuera del fuego añadir el cebollino picado, los dados de limón y tiritas de tomate.

## **SOPA GRATINADA DE GRUYÈRE**

### **Para 6 personas**

100 g de mantequilla

6 cebollas

170 g de Gruyère rallado

1.5 l de agua

1 cucharada de harina

12 rebanadas de pan tostado

Sal

Pimienta

Nuez moscada

Se corta la cebolla bien fina y se dora con la mantequilla, se espolvorea con la harina, para que se dore, se le añade el agua y a fuego lento se deja hervir 20'.

En terrinas individuales se ponen 2 rebanadas de pan, se cubren con queso rallado, se llenan de caldo hirviendo.

Cuando sube el pan, se pone más queso rallado y se gratina al horno.

## **SOPA DE CASTAÑAS Y FOIE GRAS**

Sofreír 3 cebollas cortadas a trozos, 10'.

Añadir 400 g de castañas peladas y troceadas.

Rehogar 5'.

Añadir 1 vaso de caldo de verduras.

Hervir a fuego suave 30', para que las castañas queden tiernas.

En una sartén si aceite, dorar a fuego vivo 100 g de foie gras fresco, separar y poner encima de papel.

Triturar todo junto y salpimentar.

## **SOPA DE CEREZAS**

Poner en una olla, 1 botella de tres cuartos de vino tinto de calidad, un cuarto de agua y medio kg de cerezas.

Hervir a fuego suave 30'.

Añadir 1 rama de canela y 1 piel de naranja.

Dejar en reposo en nevera, 2 días.

## **SOPA DE FRESONES**

Trocear 350 g de fresones.

Triturar junto 1 vaso de zumo de naranja y 2 cucharadas de miel.

Poner en bol o copa, con unas gotas de vinagre de Módena y 1 bola de helado de mandarina.

## **SOPA FRÍA DE MELÓN**

Triturar en batidora (1'), trozos 1 kg de melón sin piel.

Añadir 200 g de leche evaporada o 2 yogures griegos, 1 cucharadita de azúcar y sal.

Mezclar 20".

Enfriar y acompañar de jamón serrano en virutas.

## **SOPA DE MELÓN (M<sup>a</sup>. L. Castellarnau)**

**Para 4 personas**

1 melón valenciano (no dulce) o Cantaloup

Un cuarto de litro de crema de leche

2 yemas

2 cucharadas de mantequilla

1 ramita de hinojo

Trocear el melón y poner en cazo, junto con mantequilla, sal y pimienta.

Cocer tapado, a fuego suave, 30'.

Una vez frío, añadir yemas, crema de leche e hinojo.

Servir muy fría.