

RECETARIOS DE COCINA

NÚRIA COMADRAN MONSÓ



Cazuela de barro para 8-10 personas

VI. RECETAS DE ARROCES Y **PASTA**

ARROZ A LA BORDELESA

Mezclar 250 g de arroz hervido con 250 g de guisantes hervidos y ponerlo en un molde de corona previamente untado de mantequilla.

Dorar 2 cebollas cortadas a tiras, junto con 250 g de carne troceada.

Añadir champiñones y jamón País a dados, 1 cucharada de harina, 50 g de puré de tomate, 1 cuarto de litro de vino tinto, 1 cuarto de litro de caldo t sal y pimienta.

Dejarlo cocer todo junto.

Desmoldar el arroz y colocar el sofrito en el centro.

ARROZ EN PASTEL

Arroz

Merluza

2 hojas de laurel

2 zanahorias

Perejil

Apio

Tomillo

Se hierve el pescado con poca agua y todos los ingredientes 10'.

Se cuele y con el caldo se hierve el arroz, se escurre y se seca en el horno.

Se unta un molde con mantequilla, se añade la mitad del arroz, la merluza desmenuzada y sin espinas, ni piel encima, se cubre con mayonesa hecha con 1 diente de ajo, se incorpora el resto del arroz y se aprieta bien.

Se introduce en el horno unos minutos, para que se caliente.

Se saca del molde y se cubre con el resto de mayonesa.



Arroz de costilla y salchichas de cerdo con verduras (judías verdes, guisantes y alcachofas)

ARROZ CON ATÚN Y CHAMPIÑONES

Se hierve arroz y se pasa por agua fría.

En una sartén se derrite mantequilla, se le echa una cucharada de harina y cuando está dorada se le añade el líquido de 1 lata de champiñones y 1 vasito de vino.

A los 10' se le agregan los champiñones cortados a lonjas y se deja cocer otros 10'.

Se presenta el arroz en una bandeja y encima los champiñones con la salsa, adornándolo con perejil picado.

ARROZ CON CURRY (María Antonia Colomer)

Es un arroz de acompañamiento...

Hervir arroz largo, escurrirlo y lavarlo para que quede suelto.

En un bol, poner 3 cucharadas de aceite de oliva, 1 de vinagre de vino, sal, pimienta y curry y batir.

Añadir pasas de Corinto y piñones, dejándolos macerar un rato.

Añadir el arroz y mezclar bien.

ARROZ CON PIES DE CERDO

Preparar un sofrito con cebollas, ajos y tomates.

Colocar los medios pies de cerdo ya hervidos y rehogar todo junto.

Añadir setas (hongos o llanega) y rehogar.

Añadir arroz, rehogar, añadir caldo y cocer 15'.



Fideos a la cazuela

ARROZ CON SETAS (Mey Paré)

Poner en remojo los hongos secos 1 h antes y escurrir bien. Guardar el agua de escurrido.

Sofreír en una paella los ajos sin pelar y los hongos, en aceite de oliva. Sacar los ajos. Saltear el arroz y añadir el agua de escurrido y la cantidad de caldo, que sea necesario. Al final, se puede añadir queso rallado.

CALDERETA DE ARROZ Y GAMBAS

Sofreír cebolla, pimiento verde y después añadir tomate.

Adicionar el arroz a la paella del sofrito, sofreír todo junto, agregar fumet de pescado.

A media cocción añadir una majada de ajo, perejil, almendras y avellanas, desleída con vino blanco y las gambas.

Acabar de cocer.

CANELONS (Mercè d'Isona). 26/12/XXXX SANT ESTEVE

Para 100 canelones

1.5 kg de cabezada de cerdo

4 pechugas grandes de pollo (sin hueso)

Asar con 1 cebolla la carne.

Una vez cocida, cortar pequeña y pasar por la máquina (picadora manual).

En cazuela sofreír 2 cebollas ralladas grandes con un poquito de azúcar, pimienta y sal.

Añadir la carne picada, mezclar y sofreír un ratito.

Agregar crema de leche y cocer un poco.

Ir incorporando harina (como si fuera lluvia) lentamente, hasta que esté en su punto.

**CANELONES: RELLENO DE CARNE PARA CANELONES. 26/12/XXXX SANT
ESTEVE**

Para 60 canelones El Pavo

Medio kg de ternera
Medio kg de cerdo
Medio kg de pechugas (1 de gallina y 2 de pollo)
150 g de jamón dulce
100 g de foie gras
En total 1.750 g de carne, más 5 hígados de pollo

**CANELONES: RELLENO DE CARNE PARA CANELONES. 26/12/XXXX SANT
ESTEVE**

Para 30 canelones

1 pechuga de gallina
Medio kg de falda de ternera
4 hígados d epollo
Medi kg de carne magra de cerdo
1 seso de cerdo
100 g de foie gras
50 g de jamón serrano

Bechamel para bandeja de 30 canelones:

1.5 litros de leche
0.4 l de caldo
95 g de harina
120 g de mantequilla

CANELONES DE *ESCALIVADA* (M^a. Lluïsa Castellarnau)

Para 36-40 canelones

Se *escalivan* (asan al rescoldo) 4 pimientos rojos y 3 berenjenas.

Sofreír 2 pimientos verdes con 1 cebolla grande.

Pasar por la batidora, junto con la *escalivada* y mezclarlo con 4 huevos y un poco de crema de leche, y cocerlo al horno (cocer bien el pudong si no deja agua).

Una vez frío se rellenan los canalones que ya estarán hervidos.

Encima de cada canalón se napa con mayonesa y se pone 1 anchoa.

CANELONES DE HONGOS

Lavar los hongos y cortarlos pequeños.

Saltear en aceite con aceite y ajo.

A medio cocer añadir butifarra negra y mezclar bien.

Con esto rellenar la pasta de canelones.

En la bechamel, poner unos hongos bien picados.

ENSALADA DE ARROZ

Cortar bacon pequeño, freír en aceite y separar.

En el mismo aceite freír colas de gambas peladas y separar.

En el mismo aceite freír cebolla y zanahoria cortada pequeña, al final añadir champiñones a láminas.

Cuando estén casi cocidos, un poco de ajos tiernos picaditos.

Añadir un poco de vino blanco y reducir.

Echar el arroz ya cocido y saltear todo junto.

Al final, añadir los huevos ya cocidos, como revueltos.



Arroz a la cazuela de costilla de cerdo, pollo y judías verdes

ENSALADA DE PASTA

250 g de caracolillos

Media lata pequeña de melocotón

Hinojo

Media lata de pimiento morrón

2 manzanas

1 plátano

Mayonesa con curry

Sal

Pimienta

ENSALADA DE PASTA

300 g de lazos de colores

100 g de jamón de York en un trozo

1 lata de anchoas en aceite de oliva

50 g de aceitunas verdes sin hueso

50 g de aceitunas negras

4 pepinillos

15 alcaparras

2 tomates grandes rojos pelados

1 lata de pimientos del piquillo

Hervir la pasta al dente.

Lavarla.

Cortar todos los ingredientes pequeños.

Mezclar y aliñar 30' antes de servir, con una vinagreta (con el aceite de las anchoas)

ESPAGUETIS (M^a. Luisa Sbert)

Cortar en juliana pimiento verde, freírlo y separar.

En el mismo aceite, dorar ajos picados y separar.

Abrir en este aceite chirlas grandes, mezclar todo lo anterior con espaguetis ya hervidos.

FIDEUÀ

Hacer caldo con mucho pescado de roca y cangrejos, 1 patata, cebolla, 2 ajos y azafrán.

En una paella poner mucho aceite, rallar 1 cebolla grande y poner los fideos (tamaño según gustos: nº 2, nº 4 o Fideuà; el Perla sería para carnes), todo en frío y dorarlo bien.

Añadir el caldo hirviendo y que cubra 1 dedo.

Cocer hasta que estén cocidos los fideos y embebido todo el caldo.

FIDEOS CON SEPIA Y ALLIOLI

600 g de sepia

250 g de fideos

500 g de tomates

200 g de cebolla

200 g de pimiento rojo

100 g de guisantes

3 ajos

Perejil

Sal

Azafrán

Sofreír en cazuela de barro, la cebolla rallada y el pimiento cortado pequeño.

En sartén dorar el ajo y el perejil y añadirle después el ajo y el tomate rallado, y al final el azafrán.

Se añade la sepia a la cazuela de la cebolla, se dora un rato y se le agrega el contenido de la sartén.

Cocer todo junto 5'.

Añadir el agua y cuando arranque el hervor, incorporar los fideos y los guisantes.

Cuando vuelva a arrancar el hervor, cocer al horno 15'.



Paella de gambón austral

PAELLA [MIXTA] (Lina)

Para 6 personas

Dar un hervor a gambas y cigalas y separar.

En la misma agua, hervir los mejillones y separar.

En la misma agua, por último, hervir los calamares y separar.

A parte, hervir 100 g de judías verdes y dejarlas en el mismo cazo.

Cortar por la mitad 1 cabeza de ajos, cortar a trozos 1 zanahoria y rallar 4 tomates.

Majar en mortero 1 diente de ajo, junto con azafrán.

Poner a calentar aceite en la paella, añadir los ajos y la zanahoria, removiéndolo hasta que se doren.

Agregar toda la carne (salchichas y costilla de cerdo/pollo/conejo o todo variado junto) y freírla.

Dorar el pescado.

Adicionar las judías, el tomate, los guisantes.

Añadir al mortero zumo de limón.

Salar.

Medir el agua de las judías y del pescado y añadirla a la paella, incorporando más agua, según el arroz, si hace falta...

[Según el tipo de combustible utilizado –leña de..., butano, gas-, la variedad de arroz escogida, los utensilios y/o equipos -paella/cazuela/horno- empleados y la calidad del agua, para el punto de cocción correcto del arroz, la relación entre la cantidad de arroz/agua-caldo es 1/2-3, siendo normalmente más de 2].

Cuando hierva a borbotones, añadir el arroz en lluvia y menear un poco la paella.

Adornar con pimiento morrón de lata y mejillones.



Arroz caldoso de bogavante y rape

INGREDIENTES PARA PAELLA MIXTA

Para 20 personas

800 g de sepia

1 pollo cortado a doceavos

1 conejo cortado pequeño

1 salchicha por persona

10 costillas de cerdo

50 g de guisantes

40 mejillones

800 g de tomate de lata Tomator (puré)

2 latas de pimiento morrón

4 cebollas grandes

8 dientes de ajo

5 dientes de ajo para la picada

Proporción arroz/agua: 3 veces la medida de agua, por la de arroz.

PASTA CON SALMÓN (Mey Paré)

Hervir 2 paquetes de pasta (lazos) y escurrir.

En caliente añadir y mezclar una terrina de queso Filadelfia.

Tener hecha una salsa con 2 botellines de crema de leche, añadirle 250 g de salmón picado en la picadora e incorporarlo a la pasta.

Mezclar y presentar con salmón a trocitos.

PASTA CON SALSA INGLESA DE QUESO

Hervir la pasta y escurrir.

Hacer una bechamel y añadir al final queso Cheddar rallado.

Freír champiñones a láminas y 1 puerro cortado muy fino.

Mezclarlos con la pasta y la bechamel.

Colocarlo en bandeja para horno, añadir por encima queso parmesano rallado.

Cocer y al final dorar 20-30'.



Paella de aluminio para 4 personas

ROPA VIEJA DE PASTA DE LASAÑA

Hacer un sofrito con cebolla, ajos, pimiento rojo y verde y patatas, todo cortado pequeño, a fuego vivo.

Añadir pimentón y mezclar.

Cubrir con agua abundante y salpimentar.

Añadir hebras de azafrán y hojas de albahaca.

Cocer 30'.

Añadir hojas de pasta de lasaña de 1 en 1, dejando cocer 1', entre ellas.

TALLARINES EN ENSALADA (Marga)

Hervir la pasta, escurrir y mezclar con salmón ahumado, pimiento rojo, pepinillos, cebolla y tomate, todo cortado muy pequeño.

Aliñar con vinagreta, eneldo y algo de crema de leche.

TALLARINES CON SALSA DE SALMÓN

Pochar en aceite, 2 cebollas en juliana.

Añadir 150 g de nata líquida.

Arrancar el hervor y añadir 100 g de salmón ahumado a tiras finas.

Mezclar con los tallarines cocidos y escurridos y añadir queso parmesano.

TALLARINES NEGROS CON SEPIA

Para 4 personas

Media sepia cortada pequeña

Tinta de la sepia

325 g de pasta negra

2 pimientos verdes pequeños

200 g de cebolla

200 g de tomates

3 dientes de ajo

1 vaso de Jerez seco

Hongos secos

Hacer un sofrito con cebolla y pimientos, todo cortado pequeño. Después añadir ajos y luego tomates.

Cuando esté hecho el sofrito, incorporar la sepia, los hongos (tener en remojo 30'), el Jerez y el agua de los hongos.

Dejar espesar la salsa y cocerse la sepia.

Después agregar los tallarines ya hervidos.



Paella para 2-4 personas