

RECETARIOS DE COCINA

NÚRIA COMADRAN MONSÓ



Cazuela de aluminio

VIII. RECETAS DE PESCADOS Y MARISCOS

PESCADOS

3

MARISCOS

21

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.

SALMÓN

Mezclar 1 cucharada de mostaza a la antigua, 1 de miel, 1 de zumo de limón y 1 de piel de limón rallado.

Untar las rodajas de salmón con la mezcla anterior.

Dejar en reposo en una bandeja para horno 20'.

Cocer al horno a 200° C/5-10'.

SALMÓN EN LIBRITO

Abrir una suprema gruesa de salmón.

En la parte de abajo, sin piel, poner una rodaja de tocino cortado muy fino, tapar el salmón, añadir queso gorgonzola y tapar.

Cocer a la plancha, con un poco de aceite.

A medio cocinar a fuego bajo, darle la vuelta.

SALMÓN MARINADO

Poner durante 24 h en sal gorda.

Eliminar la sal.

Marinar 24 h con 1 vaso de aceite, 2 vasos de vino blanco, eneldo, chalota picada y una punta de Cayena.

SALMÓN MARINADO

Sacar la espina al salmón, que queden 2 filetes.

Salarlo bien por todos los lados y volver a juntar los filetes.

Tenerlo 3 días en nevera, en bandeja con rejilla, tapado con papel de aluminio.

Sacarle el agua, al día siguiente.

Lavarlo bien para desalarlo.

Se corta y se come igual que el salmón ahumado.

SALMÓN A LA SUECA

Escoger 1 salmón de 1-1.2 kg.

Eliminar la espina y dejar en 2 filetes.

Mezclar 4 cucharadas de azúcar, 1.5 cucharadas de sal, 2 cucharadas de pimienta blanca y eneldo picado.

En una fuente para el salmón, poner algo de la mezcla en la base, sazonar los 2 filetes por todas las caras y ponerlos uno encima de otro, dando la forma original.

Tapar y dejar fuera de la nevera 6-8 h.

Remojar el salmón, con el líquido que ha soltado, para que se empape.

Poner en la nevera 2-3 días.

2 veces al día, ir echando el líquido que suelte, por encima del pescado.

De esta manera se puede guardar máximo 1 semana.

Se puede congelar a partir de esta fecha.

Cortar a filetes muy finos.

Se acompaña con una salsa de mostaza suave, 3 tazas de aceite, 2 cucharaditas de vinagre, 1 cucharada de agua, sal, pimienta negra y eneldo, pasado por la batidora.

SALMÓN AL LIMÓN

Hacer una salsa de limón con 2 puerros, 2 zanahorias, caldo de pescado y zumo de limón.

Cocer 15'.

Pasar por trituradora.

Cocer en sartén si aceite, los trozos de salmón y a media cocción, añadir salsa.

Cocer 5'.

SALTEADO MAR Y MONTAÑA

Saltear gambas y separar.

Dorar costilla de cerdo o conejo, cortado pequeño.

Añadir sepia a dados y saltear.

Adicionar cebollitas y ajos tiernos y dar unas vueltas.

Agregar judía verde cortada fina.

Incorporar vino blanco y agua.

Tapar y cocer 30'.

Añadir las gambas ya peladas y añadir el jugo de las cabezas, pasadas por el chino.

ATÚN O BONITO EN CAZUELA

Freír en mitad aceite de oliva y mitad manteca de cerdo, 3 dientes de ajo.

Sacar y majar junto con pan frito, almendras, azafrán y desleír con vino tinto.

En el mismo aceite, sofreír cebolla y pulpa de tomate.

Añadir la picada y agua.

Cuando hierva, añadir el atún en tacos y cocer.

Acompañar con puré de judías, presentado en forma de croquetas.

BACALAO FRESCO A LA SIDRA

Poner mantequilla en una bandeja de horno, cebolla picada fina y encima los filetes de bacalao.

Rociar con unas gotas de vinagre.

Poner encima champiñones a láminas.

Salpimentar.

Añadir sidra y mantequilla.

Cocer al horno 30'.

Abrir mejillones en agua, para aprovechar caldo.

Poner en un cazo, el jugo de cocer el pescado, el de los mejillones y nata líquida. Cocer 5' y verter sobre el bacalao.

BESUGO A LA VASCA (Mari Paz)

1 besugo de 600 g es para 2 personas

Salpimentar por dentro y por fuera.

Rellenar el abdomen con cebolla y tomate cortado a rodajas finas.

Macerar 2 h.

Untar de aceite una bandeja de horno y poner los besugos.

En una sartén con bastante aceite, poner 2 dientes de ajo con piel aplastados, por persona y dorarlos no demasiado.

Añadir 1 cucharadita de postre de pimentón, dar una vuelta y echar vinagre, como si se aliñara.

Añadir el refrito sobre los besugos.

Cocer al horno, no demasiado fuerte, 30'.

FRICANDÓ DE RAPE (M^a. L. Castellarnau)

Poner en remojo en agua tibia hongos secos (*Boletus edulis*), 2-3 h.

Enharinar rape a tacos de 3 cm (sin espinas) y freír en aceite.

En el mismo aceite, sofreír 2 zanahorias a rodajas y 2 cebollas picadas a tiras.

Añadir 1 picada de almendras tostadas, ajo, perejil y una rebanadita de pan frito.

Dar unas vueltas, tirar coñac, dejar evaporar y añadir 2 tomates rallados.

Añadir un poco del agua de las setas y cocer 15'.

Antes de servir, calentar la cazuela, añadir el rape, cocerlo muy poco y presentarlo.

LENGUADO AL LIMÓN

4 Lenguados de 300 g

400 g de crema de leche

Zumo de 2 limones

0.250 l de vino blanco seco

Sal

Pimienta blanca

Estragón

Jengibre en polvo

Mantequilla

Harina

Aceite

Se fríen en sartén con aceite, los lenguados enharinados.

En otra sartén, se pone la mantequilla y el resto de ingredientes (un pellizco de cada), excepto el vino, la crema y el zumo.

Se deja cocer a fuego medio, hasta que se reduce a una tercera parte.

Se añade la crema de leche, dejando cocer 15', removiéndola para obtener una salsa cremosa.

En la bandeja, se cubren los lenguados ya fritos con la salsa.

Se acompaña con arroz hervido y patatas al vapor.

LENGUADO CON GAMBAS Y CHAMPIÑONES

Hacer un caldo corto, con raspas de pescado, cebolla, laurel y vino blanco.

Cocer 30'.

Majar en mortero, 1 yema de huevo duro, con 3 colas de gambas.

Cocer el lenguado en mantequilla y champiñones y al final, añadir la majada.

MERLUZA

Poner en una bandeja de horno, la merluza entera y señalada a rodajas.

Rellenar en cada una, con 1 rodaja de naranja y una picada de ajos, perejil y muchas almendras.

Añadir patatas cortadas, y algo cocidas y el resto de la picada.

Cocer al horno.

MERLUZA

Entera y sin espinas.

Rellenar con 100 g de salmón ahumado.

Cubrir de mayonesa con ajo y las clara montadas.

Cocer al horno.

MERLUZA A LA DONOSTIARRA

En una cazuela al horno, poner aceite, rehogar una cebolla rallada, 3 dientes de ajo picados y 1 hoja de laurel.

Cuando todo esté dorado, se añade 1 cucharada de harina, 2 cucharadas de perejil picado y se deja cocer un momento, removiéndolo.

Se le incorpora agua hasta que quede una salsa clarita.

Se le añade el pescado ya sazonado, 3 cucharadas de guisantes e igual cantidad de puntas de espárragos y se deja cocer lentamente.

MERLUZA A LA SIDRA

Sofreír cebolla y ajo, todo picado, añadir pimentón y harina y dorarla.

Añadir sidra, coñac, Tío Pepe y caldo de pescado y reducir.

Poner la merluza en bandeja de horno, cubrir con salsa y cocer al horno.

MERLUZA FRÍA

Eliminar cabeza y espina para hacer un fumet con hierbas 30'.

Una vez frío, añadir los dos filetes y hacer arrancar hervor, dejando enfriar dentro del agua.

Hacer una salsa con 4 pepinillos, un puñado de alcaparras, algunas aceitunas y 1 cebolleta, todo pasado por la batidora.

Mezclar con mayonesa, crema de leche, azúcar, sal y pimienta.

Poner en bandeja un filete y napa con la salsa, poner el otro filete, napa también y envolver con salmón ahumado.

MERLUZA EN SUPREMAS AL ALLIOLI DE LIMÓN (amiga N. Simorra)

Cocer patatas con piel, pelar, cortar en rodajas y poner en bandeja para horno, colocando encima las supremas.

Pelar bastantes ajos (2 por persona), majarlos, añadir zumo de 1 limón, poner aceite, hacer "una mayonesa" y salpimentar. Ha de quedar un poco ácida por el limón. Se puede hacer con batidora.

Napa las supremas y algo las patatas con el alioli.

Cocer al horno 20-30'.

MERLUZA (Mimí Quer)

Sacar la espina, dejando la merluza entera.

Rellenar de lonchas finas de crema de Gruyère.

Reconstruir la merluza y ponerla en una bandeja de horno, agregando gotas de limón y de aceite, sal, pimienta y cubrirla con nata (200 g).

Cocer al horno.

MERLUZA RELLENA (Moné)

Tenemos la merluza entera y sin espinas.

Hacer un picadillo de gambas, jamón serrano y huevo duro, mezclándolo con algo de huevo batido y rellenar la merluza, sazonándola y cocer al horno, con limón, mantequilla y vino.

Optativo: se puede eliminar la piel cubrirla de mayonesa y gratinar.

Se acompaña con una voluté, con el resto de la salsa de cocción y algo de caldo de pescado o mayonesa y guisantes.

MERLUZA RELLENA (Mireia Carbó y M. Begur)

Para 6 personas

Preparar 1 merluza de 1.5 kg, sin espinas en 2 filetes.

Colocar en medio 100 g de salmón ahumado y 100 g de queso rallado Gruyère.

Recomponer la merluza.

En una bandeja de horno, se pueden añadir 2 manzanas a rodajas o patata y cebolla ya cocida y encima colocar la merluza, ya salpimentada.

Cocer a 180° C/10'.

Para preparar la salsa, poner en un cazo, un cuarto de litro de cava brut o de Jerez seco, mezclar 1 cucharada de Maizena, 40 g de parmesano rallado.

Optativo: añadir 1 cucharada de miel.

Poner al fuego a reducir un poco.

A los 10', rociar el pescado con la salsa y cocer otros 10' más.

MERO RELLENO

Estofar 2 puerros cortados (solo la parte blanca).

Hervir con poca agua las cabezas de 4 langostinos, 150 g de gambas, 1 carabinero, con cebolla y el verde de los puerros.

Pasar por el chino.

Triturar los puerros y las colas ya peladas, con 2 claras y 1 vaso de nata líquida.

Guardar unos minutos en congelador.

Untar una bandeja con aceite y poner un filete de mero, poner encima la crema y tapar con el otro filete.

Añadir el caldo y cocer a 200° C/15'.

PESCADO AL CAVA

El pescado se corta en supremas.

En bandeja de horno, poner mantequilla, encima el pescado y encima del pescado, más mantequilla.

Cocer al horno fuerte 5'.

Sacar y poner el cava por encima del pescado.

Volver a cocer 5' más.

Añadir unas alcaparras y patatas ya hervidas y volver al horno.

Cocer 5' más.

PESCADO AL CURRY

Colocar el pescado en una fuente para horno y añadir por encima un sofrito de cebolla y 2 ajos picados finos, dorados.

Se mezclan 2 yogures con 1 cucharadita de azafrán, 1 de orégano y 1 de curry; salpimentar. Cocer 2'.

Verter la salsa por encima del pescado.

Cocer al horno 20'.

PESCADO A LA PARISIEN

Rociar con zumo de limón las rodajas de pescado, salarlo y añadirle pimienta.

Colocarlo en una bandeja para horno, junto con rodajas de patatas finas.

Poner encima y 1 cebolla cortada en rodajas finas, rociarlo con aceite.

Añadir ajo y perejil picado y galleta rallada.

Cocer a horno moderado 30'.

PESCADO A LA TARRACONENSE

Poner aceite en una cazuela de barro y freír una rebanada de pan.

Picar en mortero (o batidora), 12 avellanas o almendras, el pan, 3 dientes de ajo y la carne de 3 ñoras (previamente escaldadas y reblandecidas), con un poco de aceite y sal.

Añadir esta mezcla al aceite caliente y añadir el pescado.

Agregar vino blanco.

Cocer 10' tapado.

PESCADO EN FILETES

En sartén dorar dientes de ajos fileteados.

Añadir harina y dorar.

Añadir pescado (cabracho u otro pescado de roca), pimentón dulce, algo de fumet y sal.

Dar la vuelta y si hace falta, añadir más fumet.

Presentar con perejil picado por encima.

PESCADO EN JUVERTADA

Disponer de mero, lubina o rape en rodajas o supremas.

Ponerlas en cazuela y cubrir justo de agua.

Añadir mucho perejil picado.

Tapar y cocer.

Añadir alioli y un poquito de vinagre.

PESCADO EN SALSA

Sofreír cebolla y puerro, todo picado.

Añadir harina y dorar.

Majar ajo y perejil y deshacer en algo de caldo de pescado.

Añadir a cazuela: sofrito, pescado en rodajas, mezclar y al empezar el hervor, añadir champiñones ya rehogados.

PESCADO CON NATA Y PASAS

En cazuela de barro dorar 1 cebolla picada, con mantequilla.

Añadir el pescado (rape en lomos), salpimentado y enharinar.

Cocer 5'.

Flambear con coñac.

Verter por encima nata líquida, pasas y almendras.

Cocer 10' más.

RAPE CON SETAS

800 g de rape

500 g almejas

500 g champiñones

200 nata líquida

1 cebolla

Vino blanco

Abrir las almejas con vino blanco, colar y guardar el líquido.

Poner la nata en una cazuela, salpimentar y cuando arranque el hervor, añadir el rape.

Cocer 10', separar el pescado y guardar.

Rehogar con mantequilla, la cebolla picada y los champiñones cortados a láminas.

Añadir la harina y cocer.

Añadir el caldo de las almejas y la nata y hacer la salsa.

Napar el pescado con la salsa.

PATATAS CON RAPE

Para 4 personas

Desespinar el rape, cortarlo a trozos, enharinar, freír y separar.

Freír 2 dientes de ajo y 1 rebanada de pan, separar y majar en mortero junto con perejil y disolver en caldo de pescado.

Picar fina 1 cebolla, añadir las patatas, rehogar, poner 2 cucharadas de salsa de tomate y la majada.

Cubrir todo junto con caldo de pescado y cocer 30'.

Añadir el rape y la majada.

Dar un hervor.

RELLENO PARA PESCADO

Jamón picado y gambas peladas salteado todo con mantequilla y mezclado con huevo duro picado.

SEPIA AL ESTILO DE CALELLA

Hacer albóndigas con carne de cerdo y ternera, pan remojado con leche, 1 huevo, hierbas, nuez moscada, ajo y perejil.

Pasar por harina, freír y separar.

En el mismo aceite, hacer un sofrito de cebolla, ajo y perejil.

Cuando ya esté, se le añade vino blanco, tomate, laurel y sal.

Se deja cocer un poco, se le añade el vino rancio y se deja cocer despacio.

Se le añade 1.5 kg de sepia cortada a trozos, las albóndigas, agua y se deja cocer 30'.

Al final, se le añade una picada de almendras, piñones, ajo, perejil y 1 borrego (o pan seco o galleta).

Se pueden añadir guisantes.

SEPIA CON JUDÍAS

Sepia

Judías

Cebolla

Tomate

Almendras

Ajo

Azafrán

Aceite

Sal

Prepara un sofrito de cebolla y tomate.

Incorporar la sepia cortada a trozos.

A medio cocer, se le añaden las judías ya cocidas, un poco de agua de cocción y la picada de almendras y ajo.

Cocerlo a fuego lento 20'.

SUQUET DE PESCADO (Bruno)

Majar 3 ajos, perejil, 1 tomate rallado, 1 galleta, pimienta, 1 cucharada de pimentón y vermut blanco seco.

En una cazuela poner aceite y cuando esté muy caliente, añadir la majada, poner patatas cortadas a trozos, rehogar y cubrir con caldo de pescado.

Cocer hasta que estén hechas las patatas, añadir pescado (rape, gambas,...) y cocer 5'.

ZARZUELA (Moné)

Rebozar con harina el rape, freírlo en una sartén grande y pasarlo a una paella para hacer arroz.

En el mismo aceite, freír las gambas, añadir coñac y quemar.

Colocarlas en la paella.

En la sartén, freír 2-3 cebollas grandes ralladas, cocer muy despacio.

Cuando ya están, poner calamares, almejas y mejillones.

Retirar los mejillones.

Agregar tomate ya frito (poco), una picada de ajo, perejil, azafrán, 1 cucharada de Maizena y deshacerlo con algo de caldo de pescado.

Ponerlo a la sartén e incorporar 1 cucharón por persona, de caldo corto de pescado.

Cocerlo un rato todo junto y luego agregarlo todo a la paella.

Cocer 30'.

Para acabar, pasar por horno suave, hasta el momento de comer.

BUDIN DE ANCHOA AHUMADA

Triturar 250 g de anchoa ahumada.

Añadir 6 huevos batidos y 300 g de nata líquida.

Salpimentar.

Forrar un molde con mantequilla y pan rallado.

Cocer al horno.

FISH PIE (PASTEL DE PESCADO)

Para 4 personas

1 kg de patatas para hacer puré

750 g de pescado sin espinas, ni piel (rape, mero, gambas)

Poner el pescado en una bandeja para el horno.

Salpimentar.

Añadir 0.750 l de leche.

Tapar con papel de aluminio y cocer a 180° C/20'.

Hacer puré de patatas y dejar enfriar.

Hacer bechamel clarita.

Probar y salpimentar.

Poner pescado a trozos individuales o bandeja honda, colocar salsa encima del pescado y dejar enfriar.

Poner puré por encima, tapando el pescado.

Hacer rayas con el tenedor.

Añadir mantequilla y gratinar.

PASTEL DE ATÚN

400 g de atún asalmonado al natural

3 huevos enteros

2 yemas

1 lata de trufa

1 taza de miga de pan con leche remojado

3 cucharadas de Jerez seco

1 cucharada de vinagre

Mezclarlo todo, cocerlo durante 1 h al horno.

Se presenta cubierto con mayonesa-cóctel.

PASTEL DE SALMÓN Y ATÚN (Amorós)

Forrar un molde redondo o de plumcake con salmón.

Partir a lo largo un pan de leche, en 3 rebanadas.

Mezclar atún con mayonesa.

Colocar en el molde, encima del salmón, la rebanada de arriba con la parte de afuera encima del salmón; rellenar con atún bien repartido y apretar con un tenedor.

Poner la segunda rebanada, más atún y la última rebanada.

Apretar bien con un tenedor.

Prepararlo por la mañana, para comer por la noche.

Guardar en nevera.

PASTEL DE PESCADO

Medio kg de pescado, 6 huevos y medio kg de tomates.

Hervir el pescado en un caldo corto.

Hacer una salsa de tomate.

Desmenuzar el pescado, añadirlo a los huevos batidos y a la salsa de tomate.

Untar un molde con mantequilla y enharinar, verter toda la mezcla y cocerlo al horno.

PASTEL DE PUERROS CON GAMBAS

300 g de gambas

200 g de rape

6 puerros

4 huevos

Medio bote de leche evaporada

1 cucharada de Maizena

1 vasito de vino blanco

Limpiar los puerros, cortarlos a rodajas y hervirlos con poca agua.

Separarlos.

En la misma agua, cocer las gambas enteras 2'.

Separarlas.

Cocer también el rape en la misma agua 8'.

Colar el caldo y guardar.

Pelar y cortar las gambas y desmenuzar el rape.

Disolver la Maizena en el vino e incorporarlo al caldo, cociéndolo despacio hasta que espese.

Agregar los huevos batidos con la leche.

Salpimentar.

Untar un molde con mantequilla y poner por capas los puerros, gambas y rape.

Verter por encima la mezcla de caldo.

Cocer en el horno, al baño maría 50'.

PASTEL DE ALMEJAS Y PATATAS

Saltear 1 cebolla y 1 puerro, cortado todo pequeño.

Añadir 1 kg de patatas troceadas y saltear.

Aparte y en sartén dorar 2 dientes de ajo y bastante perejil.

Añadir medio kg de almejas o chirlas y saltear y separar.

Añadir 1 cucharón de agua a las patatas.

Cuando estén todas abiertas, añadirlas a la cazuela de las patatas y que se mezcle todo junto 10'.

Cubrir con agua.

Cuando arranque el hervor, añadir un puñado de arroz.

Dejar cocer 20'.

Añadir las almejas antes del finalizar la cocción.

PATÉ DE AHUMADOS (Pili Vila)

Medio paquete de anchoas ahumadas

Medio paquete de salmón ahumado

1 porción individual de queso Filadelfia

Media botella de crema de leche.

Mezclar todo en la batidora.

PUDING DE PESCADO

Para 6 personas

Medio kg de pescado (cabracho, besugo o dorada)

Un cuarto de salsa de tomate

Un cuarto de nata líquida

8 huevos

Hervir el pescado en un caldo corto y desmenuzarlo.

Batir huevos, nata, salsa de tomate y añadir el pescado.

Untar un molde de "Plumcake" con mantequilla y pan rallado.

Cocer al horno.

Servir con mayonesa, con pimienta de Cayena.

CORONA DE PAN CON SALMÓN Y ATÚN (Amorós)

Forrar el molde con salmón ahumado.

Cortar brioches Bimbo en 3, a lo largo.

Escurrir atún y mezclar con algo de mayonesa.

En el primer corte del brioche poner atún y en el segundo también y apretar.

Hacer de un día para otro.

SOPA DE MARISCOS (M^a. 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.

ALMEJAS CON ALCACHOFAS

Hervir las alcachofas a cuartos.

Dorar 2 dientes de ajo en una sartén.

Añadir las almejas y la guindilla y darle unas vueltas.

Añadir 1 cucharada de harina y dorar.

Añadir las alcachofas y el perejil picado y mezclar todo.

Añadir un cuarto de zumo de espárragos; dejar arrancar el hervor, mezclar bien y cocer 2'.

Pasarlo todo menos la salsa, a una cazuela de barro, sazonándola y dejándola cocer 5'.

Añadir la salsa a la cazuela y adornar con 2 huevos duros partidos por la mitad.

ALMEJAS EN SALSA VERDE

Poner aceite de oliva en una cazuela de barro.

Majar en el mortero: 2 dientes de ajo y un puñado de hojas de perejil.

Cuando el aceite esté algo caliente, echarle el majado, sin que se queme...

Añadir 1 cucharada rasa de harina y dorarla, 1 copa de Jerez y algo de agua de las almejas, que ya estarán abiertas.

Dejarlo cocer todo junto tapado.

MEJILLONES (receta de Arles)

Abrir mejillones y separar la carne.

Estofar escalonia en juliana, con mantequilla y huevo.

Añadir algo de Jerez y agua de cocción de los mejillones.

Reducir,

Añadir crema de leche.

Reducir.

Mezclarle salsa holandesa, mayonesa o crema de leche.

Poner los mejillones en un bol de horno, cubrir con la salsa y gratinar.

MEJILLONES DE LORDE

Hacer un sofrito de cebolla cortada pequeña, añadir tomate y trozos de chorizo, que quede todo desmenuzado.

Añadir el sofrito por encima de los mejillones ya abiertos al vapor.

Gratinar al horno.

MEJILLONES A LA BELGA

Sofreír en mantequilla, mucha cantidad de apio y perejil, picado pequeño.

Añadir los mejillones, vino y pimienta.

Optativo: añadir al final algo de crema de leche.

MOLUSCOS A LA BRETONA

Poner en una cacerola al fuego, 2 vasos de agua.

Añadir 2 vasos pequeños de vino blanco, laurel, tomillo, perejil, ajos y cebolla picada.

Cuando hierva, poner 2 kg de mejillones limpios 10'.

Se guarda el líquido, se abren los moluscos y se colocan en una fuente para ir al horno.

En una sartén se pone 30 g de mantequilla, 1 cucharada de harina y se remueve, añadiendo caldo del hervido.

Cocer a fuego lento 20', salpimentando.

Incorporar esta salsa encima de los mejillones y agregar galleta picada y perejil.

Gratinar al horno.

MEJILLONES EN ENSALADA (M^a. Paz)

Abrir los mejillones al vapor (también se pueden mezclar con chirlas grandes - rossellones- o almejas), dejar enfriar y eliminar cáscaras.

Elaborar una salsa con 1 ajo bien majado, añadir 1 cucharadita de mostaza de Dijon y aceite poco a poco, como una mayonesa.

Poner un lecho de ensaladas variadas, encima los mejillones y salsear.

CALDERETA DE LANGOSTA (Amorós)

Partir la cola de la langosta a rodajas en vivo y la cabeza a lo largo y después por la mitad.

Sofreír en sartén con algo de aceite, separar y ponerla en una cazuela honda.

En el mismo aceite sofreír rodajas de pan y separar.

Hacer una picada con ajos, perejil, almendras, pan, jugo de la langosta, la parte roja de la cabeza, 1 yema de huevo y coñac.

Con el aceite de la sartén, hacer un sofrito con 1 pimiento verde picado, 4 dientes de ajo a rodajas y añadir 3 tomates.

Cuando esté hecho añadir toda la picada, cocer un poco y pasarlo todo por la trituradora.

Añadir a la cazuela u olla donde está la langosta, 2 cucharones de agua, más 2 más y todo el sofrito.

Cocer 10'.

CALDERETA DE LANGOSTA (Juana María -receta de Menorca-)

1 langosta de 1kg

300 g de pimiento verde

500 g de tomates maduros

6 dientes de ajo, perejil

1 cebolla

1 cucharada de harina

3 yemas de huevo

8 cucharones de agua

En cazuela de barro sofreír cebolla, pimientos, tomates, 3 dientes de ajo, todo picado pequeño.

Cuando esté, añadir langosta troceada en vivo y el agua.

Hervir 8'.

Añadir picada con 3 dientes de ajo, perejil, harina y yemas.

Hacer hervir un momento y retirar del fuego.

Esperar 5'.

Servir en platos con rodajas fritas de pan.

LANGOSTA JOCKEY

3 langostas

100 g mantequilla

3 cucharadas de manteca/pasta de cangrejos

1 cuarto de litro de nata

3 cucharadas bechamel

30 g queso Parma

Media cucharada de chalota bien picada

3 copas de coñac

Se parten las langostas por la mitad, a lo largo.

Se salpimentan.

Se cuece a la plancha y se corta a rodajas.

En una sartén se rehoga la chalota con la mantequilla.

Se añade la langosta y se saltea a fuego fuerte.

Se añade el coñac y se enciende.

Se añade la manteca de cangrejo y la nata.

Tras 5', se le añade la bechamel, para que la salsa ligue. Se sazona con sal y pimienta, se espolvorea queso de Parma y se gratina.

CIGALAS AL CAVA

Pasar por la trituradora 1 vaso de aceite, 2 cucharadas de pan rallado, pimienta, pimentón, ajos y perejil.

Poner en cazuela, calentar y sofreír un momento.

Añadir las cigalas, cocer 5'.

Añadir el cava, cocer 5', todo ello a fuego muy fuerte.

Tapar y apagar fuego.

GAMBAS AL ESTILO DEL RESTAURANT LA PUÑALADA

20 gambas

3 dientes de ajo

0.250 l de aceite

1 yema de huevo

Medio limón

Sal

Pimienta

Pelar las gambas dejando la cabeza.

Poner las gambas en una bandeja de horno.

Añadir todos los ingredientes y cocer al horno.

Una vez cocidas, añadirles por encima alioli.

Ponerlas al horno un rato más.

GAMBAS AL COÑAC (Mimí Quer)

Para 12 personas

2 kg de gambas

1 plato hondo lleno de cebolla rallada o picada muy fina

1 plato hondo lleno de tomate rallado

1 vaso de coñac

Ajo picado

Perejil

Pimentón

Pimienta

Sal

En una sartén con aceite, freír las gambas e irlas poniendo en una cazuela de barro.

En otra sartén y otro aceite, freír la cebolla lentamente y tapada.

Añadir tomate rallado, ajo picado, perejil, pimentón, pimienta y sal y sofreír todo junto lentamente y mucho rato.

Echar el sofrito por encima de las gambas.

Calentar no demasiado el aceite de freír las gambas, añadir el coñac, encender, dejar quemar un momento y apagarlo.

Ponerlo en la cazuela de barro junto con todo y cocer lentamente un rato.

GAMBAS A LA CREMA DULCINEA

Se hace una bechamel algo clara.

Se le añade un poco de alioli.

Aparte, se saltean y cuecen las gambas con ajo y perejil.

Este aceite de fritura se mezcla con la bechamel.

Se colocan las gambas en una cazuela de barro, se cubren con la salsa y se pone un rato al horno.

Se adorna con rodajas de naranja o limón.

CREMA DE GAMBAS (Amorós)

Sofreír las gambas enteras y separar.

Sofreír en la misma sartén, con algo de mantequilla, 1 manojo de zanahorias cortadas.

Después añadir las cabezas aplastadas y la piel de las gambas, dándole unas vueltas.

Añadir agua y hervir 10'.

Pasar por la trituradora y colar.

Para espesar, poner un poco de sémola triturada.

Emplatar las gambas y servir encima la crema.

LANGOSTINOS (Mey)

Freír en sartén 7 ajos cortados por la mitad.

Separar.

En el mismo aceite, dorar 1 cucharada colmada de harina, añadir 1 copita de coñac, otra de Jerez y 1 botella de cava.

Cocer 5'.

Añadir 1 kg de langostinos.

Cocer 15'.

LANGOSTINOS AL CAVA

En una cazuela de tierra poner los langostinos, salpimentar, cubrir de cava y dejar 1 h en maceración.

Tal cual, poner al fuego.

Cuando arranque hervor, apagar el fuego, tapar y dejar en reposo 5'.

Separar los langostinos.

Reducir la salsa y mezclar con crema de leche.

Verter sobre los langostinos...

LANGOSTINOS AL OPORTO (Maria, dels boixets)

En una cazuela de tierra poner los langostinos, salpimentar, ajos y perejil picado y un chorro de Oporto.

Si es preciso hacer otra capa de langostino, ajo y perejil y Oporto.

Calentar aceite en una sartén muy caliente, verter sobre los langostinos, menear y cocer 5'.

VIEIRAS

Pasar por la plancha las vieiras y en bandeja, poner un fondo de cebolla confitada (dulce) encima de las vieiras y rallar foie gras por encima.

VIEIRAS A LA GALLEGA

Pochar 2 cebollas cortadas muy pequeñas, añadir 100 g de jamón picado, una pizca de azafrán y 1 vaso de vino blanco.

Reducir y reservar.

Sacar de las conchas las vieiras y pasarlas por la plancha.

Volver a colocar en la concha.

Para comer: poner el sofrito encima, pan rallado y gratinar al horno 3'.

CREMA FRÍA DE MEJILLONES

En cazuela con 2 dedos de agua abrir 1.750 kg de mejillones, con 1 hoja de laurel.

Colar el agua de ebullición y guardar.

Rehogar en aceite 1 cebolla y 2 patatas cortadas.

Poner 0.750 l de caldo de pescado y el agua de abrir los mejillones.

Tapar y cocer 15'.

Al final añadir los mejillones sin cáscara y triturar.

Deshacer 3 cucharadas de mayonesa con algo de la crema y añadirlo a la crema.

Enfriar.

Servir con algún mejillón entero.

