

Hermanos Torres

DE LA TIERRA AL CIELO

Deliciosas recetas
con los mejores
productos de
la gastronomía
española



De la tierra al cielo

Deliciosas recetas con los mejores
productos de la gastronomía española

Hermanos Torres

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal)

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47

© Hermanos Torres, 2014

© Editorial Planeta, S. A., 2014

Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.editorial.planeta.es

www.planetadelibros.com

Fotografía de interior: © Carlos Rondón

Primera edición: abril de 2014

Depósito legal: B. 4.786-2014

ISBN 978-84-08-12674-4

Diseño de interior: Paula Mastrangelo

Impresión y encuadernación: Egedsa

Printed in Spain – Impreso en España

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como **papel ecológico**

Índice

Introducción 13

PRODUCTOS Y REGIONES 16

PRODUCTOS Y TEMPORADA 18

Caldos y fondos 21

- Caldo de canana 22
- Caldo de cocido 23
- Caldo de pato 24
- Caldo de verduras 25
- Consomé de galera 25
- Fondo de ternera 26
- Fumet de pescados 27
- Vinagreta 27
- Helado de galleta María 28
- Sablé de canela 28
- Bizcocho de almendra 28
- Teja de canela, cacao, naranja o plátano 29
- Gelée de zanahoria y naranja 29
- Crumble de lavanda, cacao o nuez moscada 30
- Cristalina de pera o melocotón 30
- Chantilly de vainilla Tahití 31
- Bizcocho de zanahoria o cacao 31
- Cremoso de avellana 32
- Bizcocho de té Earl Grey 32
- Sorbete de mango 33
- Bizcocho de coco al vapor 33

Productos 35

VERDURAS Y HORTALIZAS 36

Ajo morado de Las Pedroñeras 39

- Picada de mortero catalana con ajo de Las Pedroñeras 40
- Ajo negro de Las Pedroñeras 42

Alcachofa de Tudela 45

- Ragú de alcachofa y vieiras 46
- Carpaccio de alcachofa, foie y calabaza 48

Algas gallegas 51

- Algas, moluscos y agua de mar 52
- Tomates, ostras y algas 54

Cebolla de Fuentes de Ebro 57

- Confitura de cebolla de Fuentes de Ebro y clavos de olor 58
- Cebolla de Fuentes de Ebro cocida a la sal de hierbas 60

Coliflor de Calahorra 63

- Caviar de coliflor y crema suave de bacalao 64
- Mousse de coliflor con perlas de sagú 66

Espárrago de Navarra 69

- Espárrago blanco con salsa de jamón ibérico 70
- Royal de espárragos y cítricos 72

Papas antiguas de Canarias 75

- Papas cocidas en agua de mar 76

- Papas al mortero con beicon ahumado y aceite de oliva virgen extra 78

Pimiento del piquillo de Lodosa 81

- Pimientos del piquillo rellenos de brandada de bacalao 82
- Ensalada de pimientos del piquillo, pasta de tinta de sepia y calamar de potera 84

Tomate de La Cañada 87

- Tomate de invierno, capellanes, encurtidos y salazones 88
- Tomate ilusión 90

LEGUMBRES Y CEREALES 92

Arroz del delta del Ebro 95

- Arroz cremoso de setas, trufas y flores 96
- Arroz «a la llauna» 98

Faba asturiana 101

- Fabas al natural y butifarra de tripas de bacalao 102
- Crema de fabas, buey de mar y hojas frescas 104

Garbanzo de Fuentesauco 107

- Garbanzos y crudités 108
- Ñoquis de garbanzo con cocido madrileño 110

Guisante del Maresme 113

- Guisante «fresco» en vaina 114
- Primera florada de guisantes, calamar y clorofila 116

ESPECIAS Y MIELES 118

Azafrán de La Mancha 121

- Arroz, azafrán y flores 122
- Royal de cintas y azafrán 124

Miel de La Alcarria 127

- Oblea de miel y flores 128
- Pato con miel cocido en hojas de higuera 130

Pimentón de La Vera 133

- Aceite de pimentón 134
- Ensalada templada de cochinillo marinado en pimentón 136

PESCADOS 138

Anguila valenciana 141

- Anguila frita con mayonesa ligera de hierbas 142
- Macarrones con salsa de anguila y rebozuelos 144

Boquerón cantábrico o mediterráneo 147

- Ensalada de boquerones, jamón y tomate 148
- Coca de boquerones, hierbas de monte y aceitunas negras 150

Caballa de Andalucía 153

- Caballa en escabeche suave de verduras 154
- Caballa marinada y naranja 156

Gallo de San Pedro 159

- Gallo de San Pedro, jamón ibérico, pan y tomate 160
- Gallo de San Pedro, salsa meunière y perlas de chirivía 162

Merluza de pincho de Celeiro 165

- Merluza al vapor, consomé de cocido, alcaparrones y algas 166
- Merluza de pincho, tomate seco y jugo de perejil 168

Mero de fondo 171

- Tartar de mero, manzana ácida y huevas de pez volador 172
- Mero de fondo a la sal, tomates, cebollas y puerros 174

Rodaballo del Cantábrico 177

- Rodaballo salteado con pimienta rosa 178
- Rodaballo a la brasa con setas de temporada 180

Salmón asturiano 183

- Salmón marinado y hierbas 184
- Salmón a baja temperatura, con alcaparrones y ajos 186

MARISCOS 188

Erizo de mar gallego 191

- Erizo al natural con pan de algas 192
- Erizo, tofu y algas 194

Espardeña 197

- Arroz negro, espardeñas y salicornia 198
- Espardeñas, calamar y panceta ibérica 200

Gamba roja de Jávea 203

- Gamba roja cocida 204
- Gamba roja, calabaza y consomé de galera 206

Langosta roja de Menorca 209

- Langosta con aceite de dendé 210
- Langosta semicruda con verduras y coral 212

Mejillón de roca del delta del Ebro 215

- Cazuela de mejillones de roca, tabellas y tendones 216
- Mejillones de roca, patatas y yemas de huevo 218

Percebe de Roncudo 221

- Percebes cocidos al natural 222
- Percebes a la sal 224

Pulpo gallego 227

- Pulpo seco a la gallega, patatas y pimiento choricero 228
- Pulpo confitado en aceite picante 230

SETAS Y MOLUSCOS 232

***Boletus edulis* 235**

- Falso *boletus* silvestre 236
- Cazuela de *boletus* y verduras de cultivo natural 238

Caracol 241

- Caracoles «a la llauna» 242
- Caracoles al hinojo 244

Trufa negra de Aragón 247

- Crema de raíces con trufa negra 248
- Ensalada de huevo rojo con trufa negra 250

CARNES 252

Becada asturiana 255

- Becada faisandé al estilo tradicional 256
- Royal de becada y caviar 258

Buey de los valles del Esla 261

- Tartar de buey, pan y flores 262
- Bloque de buey curado en bodega 264

Cabrito verato 267

- Paletilla de cabrito lacada en pólvora de duc 268
- Costillar de cabrito en blanqueta con zanahorias 270

Cochinillo y cerdo ibéricos 273

- Cochinillo ibérico crujiente, manzana y flores 274
- Papada, trufa y patata 276

Conejo de monte manchego 279

- Costillas de conejo a la milanesa de hierbas y mayonesa de pimentón 280
- Râble de conejo relleno y puerros confitados 282

Perdiz roja manchega 285

- Perdiz, aceitunas verdes y anchoas 286
- Guiso de perdiz, piel de congrio y chalotas 288

Pollo de El Prat 291

- Terrina de pechuga de pollo, tomate seco, jengibre y albahaca 292
- Ensalada de pollo y cigalitas 294

Ternera gallega 297

- Jarrete de ternera lacado con espardeña 298
- Tendones, pepinos y ostras 300

FRUTAS Y FRUTOS SECOS 302

Almendra Marcona 305

- Pan de almendras 306
- Manjar blanco, almendras de leche y verdolaga 308

Fresa de Huelva 311

- Espuma de yogur de fresa con recuerdos de la infancia 312
- Bombón líquido de fresa y bizcocho de pistacho 314

Melocotón de Calanda 317

- Savarín y melocotón de Calanda 318
- Melocotón impregnado en almíbar de vainilla 320

Melón de Villaconejos 323

- Ensalada de melón, menta y aire de mandarina 324
- Velo de melón con gelatina de pepitas 326

Naranja valenciana 329

- Tarta de chocolate y naranja 330
- Naranja, yogur y zanahoria 332

Pera de Jumilla 335

- Pera de Jumilla, avellana, vainilla y té Earl Grey 336
- Tartaleta de crema de almendras y gajos de pera 338

Picota del Jerte 341

- Nuestra versión de Selva Negra 342
- Cerezas y frutos rojos 344

Plátano de Canarias 347

- Plátano sorpresa 348
- Buñuelo de plátano con toffee salado 350

GLOSARIO 353**ÍNDICE DE RECETAS 354**





La excelencia del producto español

¡Tan sólo cincuenta productos recorren las páginas de este libro! Aunque esta selección, tomada del amplio abanico gastronómico que brinda un país como España, bien podría ser infinita. De norte a sur, el clima variado y la peculiar orografía del paisaje español –que traza desde elevadas cordilleras hasta zonas costeras, pasando por extensas y silenciosas llanuras– tradicionalmente han proporcionado a nuestras mesas una abundante y heterogénea amalgama de alimentos de máxima calidad. Así como las húmedas y lluviosas regiones del norte sobresalen por la calidad de sus carnes y pescados, el litoral mediterráneo destaca culinariamente por sus delicados cultivos de frutas y verduras. Sin olvidar otros productos y zonas, como las legumbres de la meseta castellana o la diversidad de artículos elaborados en el territorio andaluz. De ahí que elegir una cifra

limitada de cincuenta ingredientes para la edición de esta guía gastronómica no nos resultara una tarea fácil. Pero lo conseguimos, y ahora tiene entre sus manos una miscelánea de los que, para nosotros, son los mejores productos del territorio español. Los mejores y más exclusivos según nuestro criterio, claro está, porque sabido es que, en el universo gastronómico, todo es cuestión de gustos.

Pocos libros de cocina tratan sobre lo verdaderamente importante: la materia prima, el ingrediente. Nosotros decidimos aventurarnos en la redacción de esta guía culinaria por esa razón: para explicar íntegramente en sus páginas por qué consideramos sublimes cada uno de los cincuenta productos seleccionados –siempre tratándolos en su estado más puro, es decir, recién tomados del medio natural–. Y es que, en nuestros fogones, los alimentos no sólo tienen un nombre, sino también un apellido. Es tanta la obsesión que nos inculcó nuestra abuela Catalina (a quien debemos tanto por habernos introducido desde niños en el mundo gastronómico) por encontrar el género óptimo que, incluso, dedicamos cinco largos años de intenso trabajo a configurar una estructura que nos permitiera abastecernos de las mejores variedades de producto. En la actualidad disponemos de dos huertos propios para proveer el restaurante Dos Cielos, y de dos personas encargadas de mantenerse en continuo contacto con los productores más sobresalientes de nuestro país.

La selección que recoge esta guía es subjetiva. Sí, cierto es. Pero a la vez resulta tan equilibrada como la propia orografía española, ya que, para elaborarla, nos hemos basado en criterios tanto geográficos como de tipología de ingredientes. Además, pretende ser un homenaje a todos los productores españoles (agrícolas, ganaderos y pescadores) que tanto miman la calidad de la materia prima que más tarde llega a nuestras mesas. Y no sólo incluimos en ella los alimentos que más nos atraen en función de nuestro estilo culinario o aquellos que más empleamos en la cocina del Dos Cielos, sino también otros muchos que cada día están adquiriendo más fama y prestigio mundial. Es el caso del pimentón de La Vera, el azafrán de los campos manchegos, la trufa de Aragón o la gamba de la costa alicantina. Desconocidos hace algunos años por el mercado internacional, hoy en día su exportación sobrepasa cada vez más las fronteras de la península Ibérica.

Dos recetas, que bien podrían ser dos visiones o versiones casi alquímicas de los ingredientes seleccionados, acompañan a cada uno de los productos que recogen estas páginas con el fin de que usted mismo pueda saber qué hacer con ellos en la cocina. Recomendamos elaborarlas, ya que, sólo cocinando y probando cada receta, podrá descubrir personalmente el ingrediente y entender el porqué de esta elección.



Firmemente convencidos de la practicidad del libro que ha caído entre sus manos, esperamos que lo disfrute con plenitud. En estas páginas, ambos hermanos, Sergio y Javier Torres, nos hemos desnudado ante sus ojos mostrándole nuestra personal perspectiva de la gastronomía española. Y es que exclusivamente aquí –en estas tierras divinas de mar y montaña– se crían, cazan, pescan y cultivan los mejores productos del mundo. De no ser así, ¿la cocina española habría adquirido alguna vez la relevancia internacional de la que goza desde los últimos diez años? Puede que no, porque, detrás de un fogón, no basta con que haya un buen cocinero, sino que es precisa, además, la presencia de un producto de calidad excepcional.

Productos y regiones

VERDURAS Y HORTALIZAS

Ajo morado de Las Pedroñeras. Comarcas naturales de la región de La Mancha: Mancha Alta, Mancha Baja, Manchuela y Centro, en las provincias de Albacete, Ciudad Real, Cuenca y Toledo.

Alcachofa de Tudela. Comarca de la Ribera de Navarra.

Algas gallegas. Costa de la Muerte, en La Coruña, Galicia.

Cebolla de Fuentes de Ebro. Municipios de Fuentes de Ebro, Mediana de Aragón, Osera de Ebro, Pina de Ebro, en Zaragoza, Aragón.

Coliflor de Calahorra. Municipios de Calahorra, Aguilar del Río Alhama, Alcanadre, Aldeanueva de Ebro, Alfaro, Arnedo, Autol, Cervera del Río Alhama, Pradejón, Quel y Rincón de Soto, en La Rioja.

Espárrago de Navarra. Ribera del Ebro, entre Navarra y zonas limítrofes con Aragón y La Rioja.

Papas antiguas de Canarias. Islas de El Hierro, Lanzarote, Tenerife, La Palma y La Gomera, en las Islas Canarias.

Pimiento del piquillo de Lodosa. Municipios de Andosilla, Azagra, Cárcar, Lerín, Lodosa, Mendavia, San Adrián y Sartaguda, en Navarra.

Tomate de La Cañada. Almería, Huércal de Almería, Pechina, Viator, Gador, Benahadux, Rioja, Santa Fe de Mondújar, Santa Cruz de Marchena, Alsodux, Alhabia, Huécija, Instinción, Illar, Alboloduy, Bentarique, Terque, Alhama de Almería, Níjar, Carboneras, Lucainena de las Torres y Sorbas, localidades ubicadas en la provincia de Almería.

LEGUMBRES Y CEREALES

Arroz del delta del Ebro. Delta del Ebro, entre las comarcas del Baix Ebre y el Montsià, en la provincia de Tarragona.

Faba asturiana. Principado de Asturias.

Garbanzo de Fuentesauco. Comarca de La Guareña, provincia de Zamora.

Guisante del Maresme. Comarca del Maresme (provincia de Barcelona) y el Baix Camp, en la provincia de Tarragona.

ESPECIAS Y MIELES

Azafrán de La Mancha. Provincias de Toledo, Albacete, Cuenca y Ciudad Real, en Castilla-La Mancha.

Miel de La Alcarria. Comarca de La Alcarria, entre las provincias de Guadalajara y Cuenca.

Pimentón de La Vera. Comarca de La Vera, en Cáceres.

PESCADOS

Anguila valenciana. La Albufera de Valencia.

Boquerón cantábrico o mediterráneo. Mar Cantábrico y mar Mediterráneo.

Caballa de Andalucía. Mar Mediterráneo.

Gallo de San Pedro. Mar Cantábrico y mar Mediterráneo.

Merluza de pincho de Celeiro. Puerto de Celeiro, en Vivero, Lugo.

Mero de fondo. Mar Mediterráneo.

Rodaballo del Cantábrico. Mar Cantábrico.

Salmón asturiano. Ríos Sella, Eo, Narcea y Cares, en el Principado de Asturias.

MARISCOS

Erizo de mar gallego. Costa de la Muerte y la costa de los municipios de Camariñas y Ferrol, en Galicia.



D.O. Denominación de Origen



D.O.P. Denominación de Origen Protegida



I.G.P. Indicación Geográfica Protegida

Espardeña. Costa Brava, en la provincia de Gerona.

Gamba roja de Jávea. Se pesca en los caladeros situados entre el cabo de San Antonio, en Jávea, Alicante, y la isla de Ibiza.

Langosta roja de Menorca. Costa de la isla de Menorca, en las Islas Baleares.

Mejillón de roca del delta del Ebro. Delta del Ebro, en Tarragona.

Percebe de Roncudo. Cabo Roncudo, en la Costa de la Muerte, Galicia.

Pulpo gallego. Costa de las Rías, en Galicia.

SETAS Y MOLUSCOS

Boletus edulis. Soria, Madrid, Navarra, País Vasco y Pirineo Catalán.

Caracol. Provincia de Lérida.

Trufa negra de Aragón. En Teruel, se encuentra en Maestrazgo, Sierra de Gúdar, Javalambre, zonas montañosas de Bajo Aragón y del Matarraña. En Huesca, en las áreas de Ribagorza, Sobrarbe, Benabarre, Aínsa y Graus.

CARNES

Becada asturiana. Asturias, Cantabria, Castilla y León, País Vasco y Navarra.

Buey de los valles del Esla. Cuenca alta de los ríos Porma, Cea y Esla, en la provincia de León.

Cabrito verato. Comarcas de Las Hurdes, Sierra de Gata, Vegas del Alagón, Granadilla, La Vera y el independiente municipio de Plasencia, en Cáceres, Extremadura.

Cochinillo y cerdo ibéricos. Provincia de Badajoz y sus zonas limítrofes con el norte de Andalucía.

Conejo de monte manchego. Provincias de Toledo, Ciudad Real y sus zonas fronterizas con Madrid.

Perdiz roja manchega. Norte de la provincia de Toledo, sureste de Ciudad Real y suroeste de Albacete.

Pollo de El Prat. Municipios de Castelldefels, Cornellà de Llobregat, El Prat de Llobregat, Gavà, Sant Boi de Llobregat, Sant Climent de Llobregat, Sant Feliu de Llobregat, Viladecans y Santa Coloma de Cervelló, en la comarca del Baix Llobregat, Barcelona.

Ternera gallega. Provincias de Lugo y Orense en su totalidad, y las comarcas agrarias de las provincias de La Coruña y Pontevedra, en Galicia.

FRUTAS Y FRUTOS SECOS

Almendra Marcona. Todo el litoral mediterráneo.

Fresa de Huelva. Sur de la provincia de Huelva. Tres zonas de producción.

Melocotón de Calanda. Comarcas del Bajo Aragón, entre las provincias de Teruel y Zaragoza.

Melón de Villaconejos. Municipio de Villaconejos, en la Comunidad de Madrid.

Naranja valenciana. Todo el litoral mediterráneo de la Comunidad Valenciana.

Pera de Jumilla. Término municipal de Jumilla, en la provincia de Murcia.

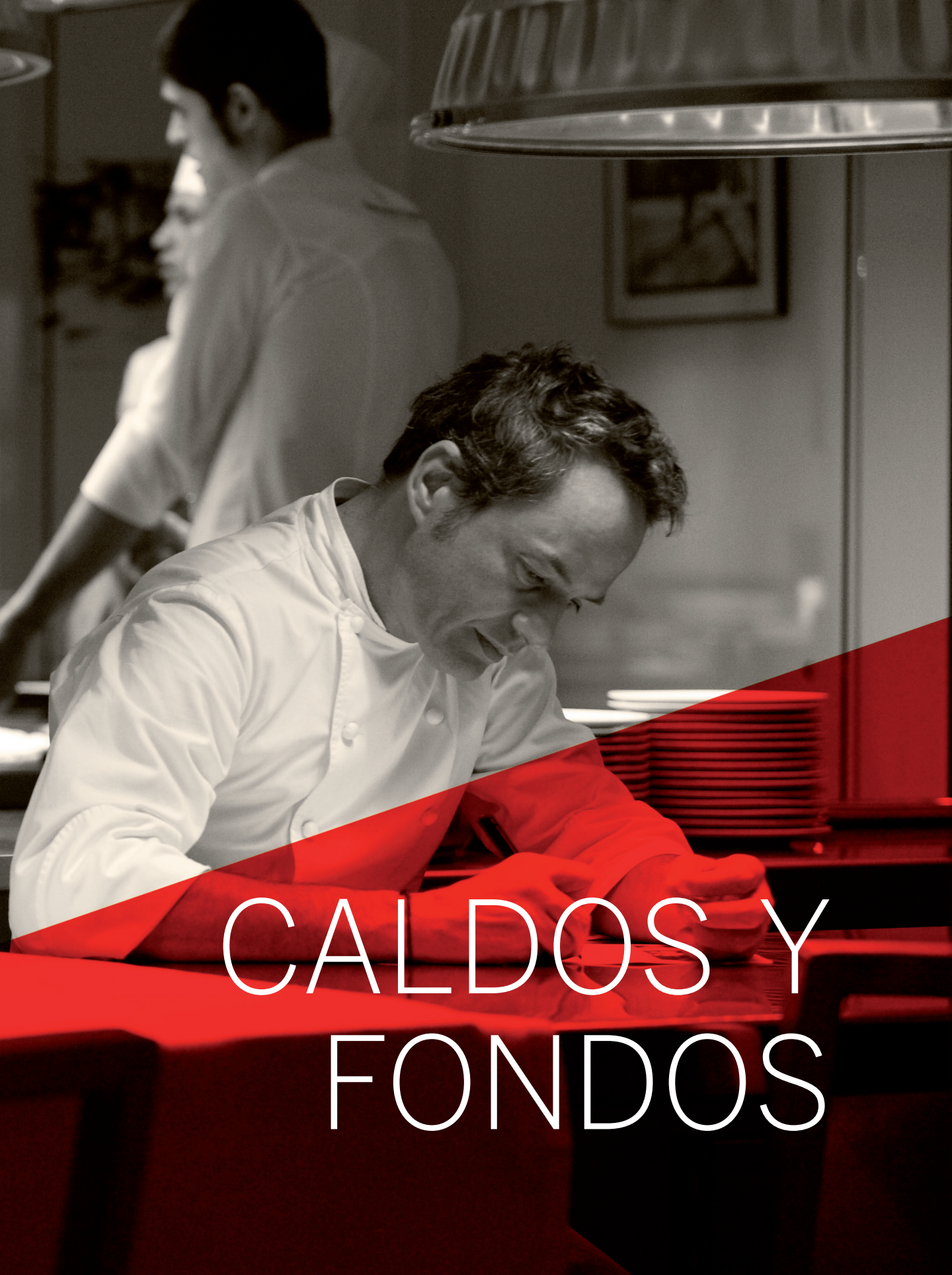
Picota del Jerte. Valle del Jerte, en Cáceres.

Plátano de Canarias. Islas de Tenerife, La Palma, La Gomera, Gran Canaria y El Hierro, en las Islas Canarias.

Productos y temporada

| | ENERO | FEBRERO | MARZO | ABRIL | MAYO | JUNIO | JULIO | AGOSTO | SEPTIEMBRE | OCTUBRE | NOVIEMBRE | DICIEMBRE |
|------------------------------|-------|---------|-------|-------|------|-------|-------|--------|------------|---------|-----------|-----------|
| Ajo morado de Las Pedroñeras | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Alcachofa de Tudela | ● | ● | ● | ● | ● | | | | | | ● | ● |
| Algatinado | | | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Almendra Marcona | | | | | | | | | ● | ● | | |
| Anguila valenciana | ● | ● | ● | ● | | | | | | ● | ● | ● |
| Arroz del delta del Ebro | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Azafrán de La Mancha | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Becada asturiana | ● | ● | | | | | | | | ● | ● | ● |
| <i>Boletus edulis</i> | | | | | | | | | ● | ● | ● | |
| Boquerón cantábrico | | | | ● | ● | ● | | | | | | |
| Boquerón mediterráneo | | | | | | ● | ● | ● | | | | |
| Buey de los valles del Esla | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Caballa de Andalucía | | ● | ● | ● | ● | | | | | | | |
| Cabrito verato | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Caracol | | | ● | ● | ● | ● | | | | | | |
| Cebolla de Fuentes de Ebro | | | | | | | ● | ● | ● | ● | | |
| Cochinillo y cerdo ibéricos | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Coliflor de Calahorra | ● | ● | ● | ● | ● | | | | | | ● | ● |
| Conejo de monte manchego | ● | ● | | | | | | | | ● | ● | ● |
| Espardeña | | ● | ● | ● | | | | | | | | |
| Espárrago de Navarra | | | ● | ● | ● | ● | | | | | | |
| Erizo de mar gallego | ● | ● | ● | ● | | | | | | | ● | ● |
| Faba asturiana | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Fresa de Huelva | | ● | ● | ● | ● | | | | | | | |
| Gallo de San Pedro | | | | | ● | ● | ● | ● | | | | |
| Gamba roja de Jávea | | | | | ● | ● | ● | | | | | |

| | ENERO | FEBRERO | MARZO | ABRIL | MAYO | JUNIO | JULIO | AGOSTO | SEPTIEMBRE | OCTUBRE | NOVIEMBRE | DICIEMBRE |
|-------------------------------------|-------|---------|-------|-------|------|-------|-------|--------|------------|---------|-----------|-----------|
| Garbanzo de Fuentesauco | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Guisante de El Maresme | ● | ● | ● | | | | | | | | ● | ● |
| Langosta roja de Menorca | | | | ● | ● | ● | ● | ● | | | | |
| Lechuga de mar | | | ● | ● | ● | ● | ● | ● | | | | |
| Mejillón de roca del delta del Ebro | | | | ● | ● | ● | ● | ● | | | | |
| Melocotón de Calanda | | | | | | | | | ● | ● | | |
| Melón de Villaconejos | | | | | | | | ● | ● | ● | | |
| Merluza de pincho de Celeiro | | | | ● | ● | ● | ● | | | | | |
| Mero de fondo | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Miel de La Alcarria | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Naranja valenciana | | | ● | ● | ● | ● | | | | | | |
| Papas antiguas de Canarias | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Pera de Jumilla | | | | | | | ● | ● | ● | ● | ● | |
| Percebe de Roncudo | | | | | | | ● | | | | | ● |
| Perdiz roja manchega | ● | ● | | | | | | | | ● | ● | ● |
| Picota del Jerte | | | | | ● | ● | ● | | | | | |
| Pimentón de La Vera | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Pimiento del piquillo de Lodosa | | | | | | | | | ● | ● | ● | ● |
| Plátano de Canarias | | | | | | ● | ● | ● | | | | |
| Pollo de El Prat | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Pulpo gallego | | | | | | ● | ● | ● | | | | |
| Rodaballo del Cantábrico | | | ● | ● | ● | ● | ● | | | | | |
| Salmón asturiano | | | | | ● | ● | ● | | | | | |
| Ternera gallega | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Tomate de La Cañada | | | | | ● | ● | ● | ● | | | | |
| Trufa negra de Aragón | ● | ● | ● | | | | | | | | | ● |



CALDOS Y FONDOS

Caldo de canana

(para un litro, aproximadamente)

Ingredientes

800 g de canana
½ l de fumet (véase
la receta en página 27)
1 pimiento verde lamuyo
1 pimiento rojo lamuyo
2 cebollas (medianas)
4 tomates maduros
1 diente de ajo
30 ml de aceite de
oliva suave
8 g de pimentón dulce

Elaboración

- 1 Limpiar el interior de la canana (cefalópodo parecido al calamar, pero de mayor tamaño) y dejar la piel para que ésta otorgue un color rojizo al caldo. Para limpiarla: abrir el cuerpo del animal de arriba abajo con unas tijeras, pasarlo por agua y sacarle todas las tripas y la bolsa de tinta; de esta parte sólo conservaremos la carne con la piel pegada. A continuación, limpiar las patas, a las que quitaremos la boca y los ojos, y pasarlas también por agua. Reservar en la nevera dentro de un escurridor.
- 2 Cortar los pimientos en daditos de 2 × 2 cm, sacándoles primero las pepitas y el tallo. Igualmente, pelar y cortar la cebolla al mismo tamaño, y chafar el ajo entero y sin pelar con la palma de la mano.
- 3 Con la ayuda de una batidora eléctrica, triturar los tomates que previamente habremos cortado en cuartos para facilitar el proceso. Una vez triturado, pasar el puré por un colador chino y reservar en la nevera.
- 4 En una cazuela, poner el ajo chafado con un poco de aceite de oliva suave y dejar aromatizar sin que llegue a coger color. A continuación, añadir la cebolla y dejarla sofreír hasta que empiece a dorarse. Finalmente, incluir los pimientos y continuar la cocción hasta que se rehoguen las verduras.
- 5 Retirar momentáneamente la cazuela del fuego para espolvorearle el pimentón dulce por encima y agregarle el tomate triturado; así no se quemará esta especia y el caldo no adquirirá un sabor amargo. Remover y volver a cocer hasta que el tomate esté sofrito y haya perdido casi toda el agua.
- 6 Cuando las verduras estén listas, añadir la canana limpia y escurrida. Remover para que se mezcle bien con el sofrito, pero sin dejarla cocer. Enseguida habrá que agregar el fumet, que apenas debe llegar a cubrir el contenido de la cazuela. La canana soltará bastante agua, por lo que, si nos pasamos añadiendo este ingrediente, el fondo quedará aguado y sin demasiado sabor. He aquí la importancia de regar poco.
- 7 A fuego muy suave, dejar que arranque el hervor, sacándole continuamente la espuma que suba a la superficie con un cucharón o una espumadera hasta concluir la elaboración del fondo. Dejar el caldo con un hervor muy suave durante unos 5 minutos antes de colarlo por una estameña, para eliminar cualquier impureza que pueda contener.
- 8 Este caldo debe utilizarse o congelarse a las pocas horas de su elaboración, pues en caso contrario se oxida (el color rojo se torna cada vez más oscuro con el paso del tiempo). Para que esto no ocurra, podemos sellarlo poniéndolo en contacto con un papel film una vez frío, o bien congelarlo directamente en pequeñas bolsas e ir sacándolas cuando necesitemos utilizarlo.

Caldo de cocido

(para un litro, aproximadamente)

Elaboración

- 1 Introducir en una olla con agua todas las carnes y ponerla a fuego lento hasta que el agua hierva.
- 2 Con la ayuda de una espumadera o un cucharón, extraer la espuma que suba a la superficie. Una vez que comience a hervir, con cuidado, sacar el agua. A este paso se lo denomina blanquear, y es el modo de eliminar las impurezas, la sangre y la grasa de las carnes.
- 3 A continuación, volver a llenar la olla con agua fría. Esta vez, deberemos meter todas las verduras ya cortadas en daditos regulares de 2×2 cm, aproximadamente.
- 4 A fuego muy suave, dejar hervir alrededor de 12 horas, añadiendo agua las veces que haga falta y desengrasando desde el principio hasta que deje de soltar impurezas.
- 5 El caldo estará listo cuando adquiera un tono dorado; entonces será el momento de colarlo. Este proceso se llevará a cabo con un colador bien fino, para así poder obtener un caldo limpio.

Ingredientes

300 g de gallina
200 g de falda de ternera
400 g de costilla de cerdo
¼ de pie de ternera
2 carcasas de pollo
2 cebollas
2 puerros
¼ de raíz de apio
¼ de bulbo de hinojo
4 zanahorias
150 g de papada de cerdo
5,5 l de agua (para el caldo, no para blanquear)

Caldo de pato

(para un litro, aproximadamente)

Ingredientes

2 carcasas de pato
(grandes)
500 g de chalota
200 ml de vino tinto
400 ml de vino blanco
1 hoja de laurel
8-10 granos de
pimienta negra
4,5 l de agua
30 ml de aceite
de oliva suave

Elaboración

- 1 Cortar las carcasas de pato en trozos pequeños para dorarlos con facilidad. Pelar y cortar las chalotas en juliana y reservar.
- 2 En una cazuela bien caliente, dorar con un poco de aceite las carcasas de pato.
- 3 En la misma cazuela y con los huesos listos dentro, añadir la chalota, los granos de pimienta y la hoja de laurel. Justo en este momento habrá que bajar el fuego y dejar que se poche un poco la chalota a la vez que removemos. Al revolver, provocamos que se despegue todo lo que ha quedado en el fondo de la cazuela, lo que aporta aún más sabor al caldo.
- 4 Cuando la chalota empieza a coger color, añadir el vino blanco y el tinto, dejándolo reducir a la mitad antes de introducir el agua. Nunca deberemos llegar a cubrir el contenido, aunque se debe verter agua las veces que haga falta para que el caldo no reduzca demasiado.
- 5 Pasadas de 4 a 6 horas, sabremos que el caldo está listo cuando haya adquirido un tono color caramelo. Entonces, colarlo con una estameña para eliminar los posos y las impurezas que pueda contener el fondo.