

Descubre las recetas
de las personalidades más solidarias

COME CONMIGO



Adriana Ugarte · Alejandro Amenábar y Pedro Carrasco · Miguel Ángel Silvestre
Belén Rueda y Chus Rueda · Hugo Silva · Pepón Nieto · Pablo Genovés · Carlos
Hipólito · Eva Hache · Rosario Flores · Pedro Almodóvar · Martín Fiz y José Manuel
Uranga · Alba Galocha · Martina Klein · Alicia Borrachero y Ben Temple · Laura
Sánchez y David Ascanio · Rafa Sánchez · Boris Izaguirre · Marina Salas · Tamar
Novas · Paco León · Secundino Hernández · Toni Acosta · Juan Luis Cano · Amaya
Valdemoro y David Reartes · Masé Bofill y Chus Mantecón · Elena Benarroch · Ángel
Schlessler · Lorenzo Castillo · Lola Dueñas · Javier Cámara · Félix Sabroso y Jau
Fornés · Paco Delgado · Jean Nestares · Thais Villas · Yolanda Ramos y Sahara

CHUS MANTECÓN
Prólogo de Ramón Freixa

LIBROS CÚPULA

**COME
CONMIGO**



CHUS MANTECÓN

COME CONMIGO



Descubre las recetas
de las personalidades más solidarias

LIBROS CÚPULA

El Comité español de ACNUR recauda fondos para atender las necesidades de las personas refugiadas y desplazadas más vulnerables, apoyando los programas de ayuda humanitaria de ACNUR (nutrición, atención médica, agua potable y saneamiento, educación, refugio e infraestructuras básicas, asistencia legal y protección internacional, etc.). En la actualidad, 55 millones de personas reciben protección y/o asistencia de ACNUR en 126 países en todo el mundo.

Si tú también quieres colaborar con ACNUR, entra en comeconmigo.eacnur.org o llama al 91 369 70 56.



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).

Dirijase 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.

© del texto: Chus Mantecón, 2016

© fotografías de interior de Boris Izaguirre, Alba Galocha, Adriana Ugarte, Thais Villa, Rosario Flores, Tamar Novas, Miguel Ángel Silvestre, Carlos Hipólito, Martín Fiz, Marina Salas, Secundino Hernández, Jean Nestares son propiedad de quien aparece en ellas.

© fotografía de interior de Elena Benarroch: Federico Baixeiras.

© fotografía de interior de Pedro Almodóvar: Iglesias Mas.

© fotografías de interior de Paco Delgado, Amaya Valdemoro y David Reartes, Ángel Schlessler, Belén Rueda y Chus Rueda, Lorenzo Castillo, Lola Dueñas, Martina Klein, Masé Bofill y Chus Mantecón, Félix Sabroso, Hugo Silva, Javier Cámara, Alicia Borrachero y Ben Temple, Eva Hache, Juan Luis Cano, Laura Sánchez y David Escanio, Pepón Nieto, Pablo Genovés y Aurelia, Rafa Sánchez, Toni Acosta, Paco León, Alejandro Amenábar y Pedro Carrasco, y de Yolanda Ramos: Jau Fornés.

Diseño de la cubierta: Departamento de Arte y Diseño
Área Editorial Grupo Planeta

Imágenes de cubierta: © Shutterstock

Diseño y maquetación de interior: Rudesindo de la Fuente (www.rudydelafuente.com)

Nos hemos esforzado por confirmar y contactar con la fuente y/o el poseedor del copyright de cada foto y la editorial pide disculpas si se ha producido algún error no premeditado u omisión, en cuyo caso se corregiría en futuras ediciones de este libro.

Primera edición: octubre de 2016

© Editorial Planeta, S. A., 2016

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

Libros Cúpula es marca registrada por Editorial Planeta, S. A.

Este libro se comercializa bajo el sello Libros Cúpula

www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-480-2278-5

Depósito legal: B. 14.291-2016

Impreso en España – Printed in Spain

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

ÍNDICE

Prólogo de Chus Mantecón /13

Prólogo de Ramón Freixa /17

Toni Acosta / **Ensaladilla rusa** /21

Pedro Almodóvar / **Pisto manchego** /25

Alejandro Amenábar con Pedro Carrasco / **Coulant de chocolate** /29

Elena Benarroch / **Albóndigas rellenas de alcachofa** /32

Masé Bofill con Chus Mantecón / **Charlotte de mousse de fruta de la pasión y frambuesas** /35

Alicia Borrachero y Ben Temple / **Costillas a la barbacoa con humo líquido** /41

Javier Cámara / **Caponata siciliana para pasta** /46

Juan Luis Cano / **Huevos a mi manera** /49

Lorenzo Castillo / **Fabada asturiana** /55

Paco Delgado / **Sancocho canario** /61

Lola Dueñas / **Sopa de diferentes tipos de tomate y zanahoria** /65

Martín Fiz con José Manuel / **Rodaballo a la brasa** /69

Rosario Flores / **Puchero** /72

Alba Galocha / **Pescado rebozado** /74

Pablo Genovés / **Porridge de avena para desayunar** /77

Eva Hache / **Panecillos de pan integral con tang zhong** /83

Secundino Hernández / **Cocido carcaveño** /89

Carlos Hipólito / **Solomillo de cerdo** /94

Boris Izaguirre / **Ceviche** /96

Martina Klein / **Bomba shiitake con ternera** /98

Paco León / **Filete de pollo al limón** /102

Jean Nestares / **Fletán o pargo escalfado** /105

Pepón Nieto / **Pollo al curry** /109

Tamar Novas / **Tortilla bico** /112

Yolanda Ramos con Sahara / **Tartar de atún con dados de arroz frito** /115
Belén Rueda con Chus Rueda / **Tiramisú** /119
Félix Sabroso con Jau Fornés / **Ropa vieja** /123
Marina Salas / **Tarta de queso** /126
Laura Sánchez y David Escanio / **Costillas dulces** /129
Rafa Sánchez / **Marmitako** /135
Ángel Schlessler / **Chipirones en su tinta con arroz** /139
Hugo Silva / **Ensalada de lentejas** /143
Miguel Ángel Silvestre / **Paella rambla** /147
Adriana Ugarte / **Huevos fritos con patatas** /150
Amaya Valdemoro y David Reartes / **Arroz meloso de papada y gambas** /153
Thais Villa / **Bolitas energizantes** /157

Para Carolina y Laura, mi refugio.

TONI ACOSTA / ACTRIZ

¿Cuál es tu plato preferido?

Los espaguetis al pesto.

¿Cuándo cocinas, ¿escuchas música o prefieres el silencio?

Me gusta escuchar la radio.

¿Para quién cocinas?

Para mis niños.

¿Utilizas libros de cocina, internet, tu propia inspiración o recetas que conoces de toda la vida?

Libros de cocina.

¿Quién es tu cocinero preferido?

Mi madre y mi abuela Libertad.

¿Comida sana o de todo un poco: vivan la chistorra y los huevos fritos?

Comida sana.

Asocia la comida a cada uno de los cinco sentidos:

• Olfato

El olor del café.

• Gusto

El sabor del pescado.

• Tacto

Rallar el queso.

• Oído

Oír a mi madre hablándole a la comida.

• Vista

El color del bacalao encebollado.



La receta de Toni Acosta

ENSALADILLA RUSA

Raciones: 4 / Tiempo de preparación: 30 m

INGREDIENTES

½ cebolla
3 huevos duros
3 patatas medianas
2 latas de atún
2 latas pequeñas
de aceitunas rellenas
Mayonesa

ELABORACIÓN

- 1/** Cuece por separado las patatas y los huevos duros.
- 2/** Cuando las patatas estén cocidas, déjalas enfriar.
- 3/** Corta las patatas en dados pequeños, de 1 cm, y haz lo mismo con dos de los huevos.
- 4/** Pica pequeña la cebolla y mézclala con las patatas y los huevos en un cuenco o una bandeja.
- 5/** Añade las aceitunas picadas (reserva unas cuantas) y el atún desmigado.
- 6/** Mézclalo todo bien y cúbrelo con una capa de mayonesa. Adorna el plato con láminas del huevo y las aceitunas que has reservado.





PEDRO ALMODÓVAR / DIRECTOR DE CINE

¿Cuál es tu plato preferido?

El pisto manchego con dos huevos fritos encima y la tarta de limón.

¿Cuándo cocinas, escuchas música o prefieres el silencio?

Escucho a Stan Getz con João Gilberto.

¿Para quién cocinas?

Básicamente para mis amigos.

¿Utilizas libros de cocina, internet, tu propia inspiración o recetas que conoces de toda la vida?

Una mezcla: me gusta coleccionar los libros de cocina de estrellas del mundo del cine y de la canción, tengo el de Isabel Pantoja, el de Sofía Loren... pero a la hora de la verdad las recetas son las que me dan mis hermanas.

¿Quién es tu cocinero preferido?

Amaia, del restaurante Ganbara, y mis hermanas Antonia y Chus.

¿Comida sana o de todo un poco: vivan la chistorra y los huevos fritos?

Comida sana y sin nada de sal, combinada con caprichos diarios, de dulce básicamente.

La receta de Pedro Almodóvar

PISTO MANCHEGO

Raciones: 4 / Tiempo de preparación: 1.30-2 h

El pisto es una comida muy antigua, de pueblo. Nunca se suele comer solo, porque es costumbre cocinarlo para acompañar otro plato, como la tortilla de patatas o las tradicionales «tajaillas», que es como se solía llamar antiguamente a los trozos de carne o de pescado que se servían con el pisto.

INGREDIENTES

½ kg de pimientos largos,
de piel fina, del tipo italiano
1 kg de tomates rojos,
maduros y bastante
carnosos
100 ml de buen aceite
de oliva virgen
Sal
Azúcar

ELABORACIÓN

- 1/** Lava bien los pimientos y sécalos con un paño.
- 2/** Calienta el aceite en la sartén a fuego medio alto (7 sobre 10) antes de añadir el pimiento. Se recomienda utilizar una sartén de acero inoxidable o esmaltada.
- 3/** Corta los pimientos transversalmente para que queden en forma de «aritos» o anillos, quitándoles las semillas.
- 4/** Cuando el aceite esté caliente, añade el pimiento y remuévelo hasta que se ablande y adquiera un color dorado. A partir de ese momento, agrega el tomate.
- 5/** Antes de incorporar los tomates, hay que quitarles la piel, ya que de lo contrario el pisto tendría «banderillas» por encima. Para hacerlo, calienta agua en una olla y, cuando rompa a hervir, escalda los tomates durante 1 minuto; déjalos enfriar un poco y entonces los podrás pelar muy fácilmente. Una vez que tengas los tomates pelados, córtalos en pedacitos pequeños y añádelos a la sartén en el momento en el que el pimiento esté doradito. Mézclalo todo un poco y añade entonces la sal al gusto.



- 6/ Ve removiendo con cuidado y mucha paciencia, macerando hasta que el tomate pierda todo el líquido. A la vez que se dan muchas vueltas, se va picoteando todo con ayuda de una paleta para asegurarnos de que se mezcle mejor. El proceso habrá terminado cuando el tomate haya perdido todo su jugo y aparezca una capita dorada de aceite por encima. Para que el pisto se haga bien, todo este proceso de cocción y mezcla puede llegar a durar hasta una hora y media. Durante todo ese tiempo hay que darle vueltas y vueltas para que el tomate no se pegue en ningún momento en la sartén.
- 7/ Añade una cucharadita pequeña de azúcar y remueve bien para que todo se impregne del sabor del azúcar. Esto se hace para contrarrestar la acidez del tomate y suavizar el gusto final.
- 8/ Cuando aparezca la capita dorada de aceite puedes retirar la sartén del fuego.

Siempre se ha dicho en el pueblo que el pisto hecho con lumbre de leña tiene un sabor especial, pero como hoy en día no es posible hacer fuego con leña en las cocinas de las casas de ciudad, no hay más remedio que elaborara el pisto en otro tipo de cocina más moderna; aun así queda muy bueno.

CONSEJO

Para conservar el pisto se recomienda guardarlo todavía caliente en botes de cristal. Se cierra bien el bote y se «arropa» con paños gruesos durante 24-30 horas. De esta forma se hace el vacío en el interior del bote y se evita que entren bacterias que echarían a perder el pisto. Una vez desatropado el bote, el pisto envasado se puede conservar en la despensa un máximo de 3 meses. Se puede servir frío o recalentado acompañado de tortilla de patatas o de cualquier otra cosa.