

para
dummies[®]
Cocina

Émilie Laraison



Aperitivos





Aperitivos

Émilie Laraison

para
dummies[®]
Cocina

Agradecimientos

Gracias a Iris y a Aurélie por su confianza y sus preciosos consejos.

Gracias a Séverine Di Giulio por su energía.

para dummies®

Edición publicada mediante acuerdo con Wiley Publishing, Inc.
...For Dummies, el señor Dummy y los logos de Wiley Publishing, Inc. son marcas registradas
utilizadas con licencia exclusiva de Wiley Publishing, Inc.

Título original: *Apéros pour les nullissimes*
Publicado por Éditions First, un sello de Edi8, París, 2017

© John Wiley & Sons, Inc., 2019

© de las fotografías de las recetas: Émilie Laraison
© de las fotografías de los ingredientes: istock, Fotolia y Émilie Laraison
© de la traducción: Marta García García, 2019

© Centro Libros PAF, SLU, 2019
Grupo Planeta
Avda. Diagonal, 662-664
08034 – Barcelona

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.

ISBN: 978-84-329-0507-0
Depósito legal: B. 29.782-2018

Primera edición: enero de 2019
Preimpresión: dactilos
Impresión: Macrolibros

Impreso en España - Printed in Spain
www.dummies.es
www.planetadelibros.com



PARA UNTAR Y BEBER

5

CHIPS Y HOJALDRES

27

CANAPÉS Y MINISQUICHES

45

BOCADITOS

73

LOS DECÁLOGOS 92

ÍNDICE DE RECETAS 96



PARA UNTAR Y BEBER



HUMUS DE AGUACATE



PARA 6 PERSONAS

PREPARACIÓN: 5 MINUTOS

LISTA DE LA COMPRA



3 aguacates



150 g de garbanzos cocidos



1 cebolla roja pequeña



3 cucharadas soperas de zumo de limón



5 ramitas de perejil



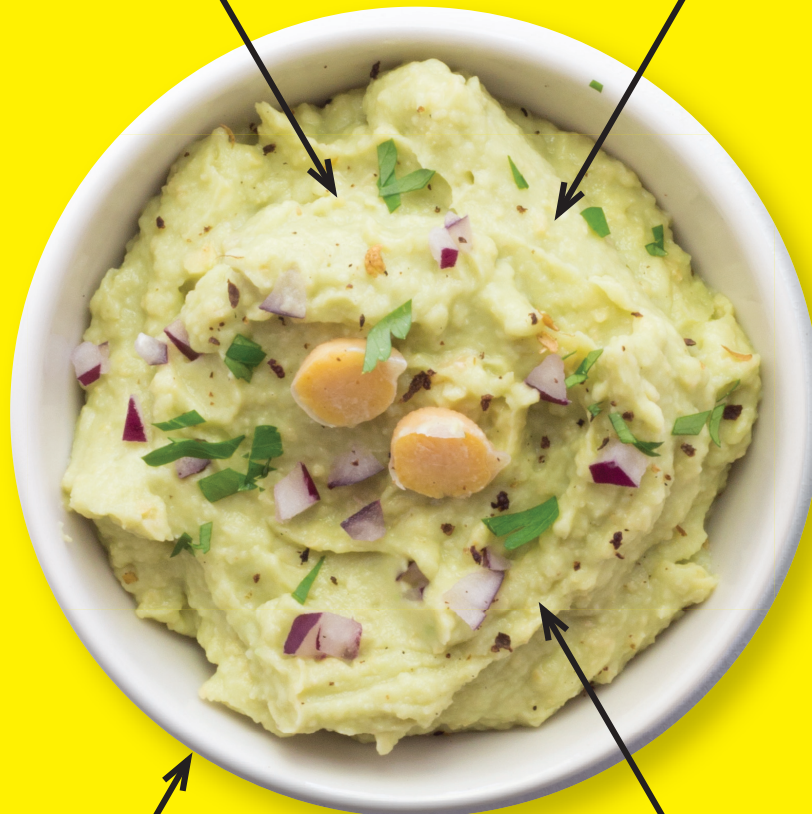
El consejo del autor

Para un humus más tradicional, tritura 250 g de garbanzos con una cucharada soperas de aceite de oliva o de sésamo y el zumo de medio limón.



1 Corta los aguacates por la mitad, quítales el hueso y sácales la pulpa con una cucharita.

2 Tritura los garbanzos lavados y escurridos con la pulpa de los aguacates y el zumo de limón. Salpiméntalo.



3 Pela la cebolla roja, córtala y mézclala con el humus.

4 Espolvoréalo con perejil picado y sírvelo.



CAVIAR DE BERENJENA



PARA 4 PERSONAS

PREPARACIÓN: 5 MINUTOS
COCCIÓN: 30 MINUTOS
REFRIGERACIÓN: 30 MINUTOS

LISTA DE LA COMPRA



1 berenjena grande



1 diente de ajo



3 cucharadas soperas
de aceite de oliva



1 cucharada sopera
de zumo de limón

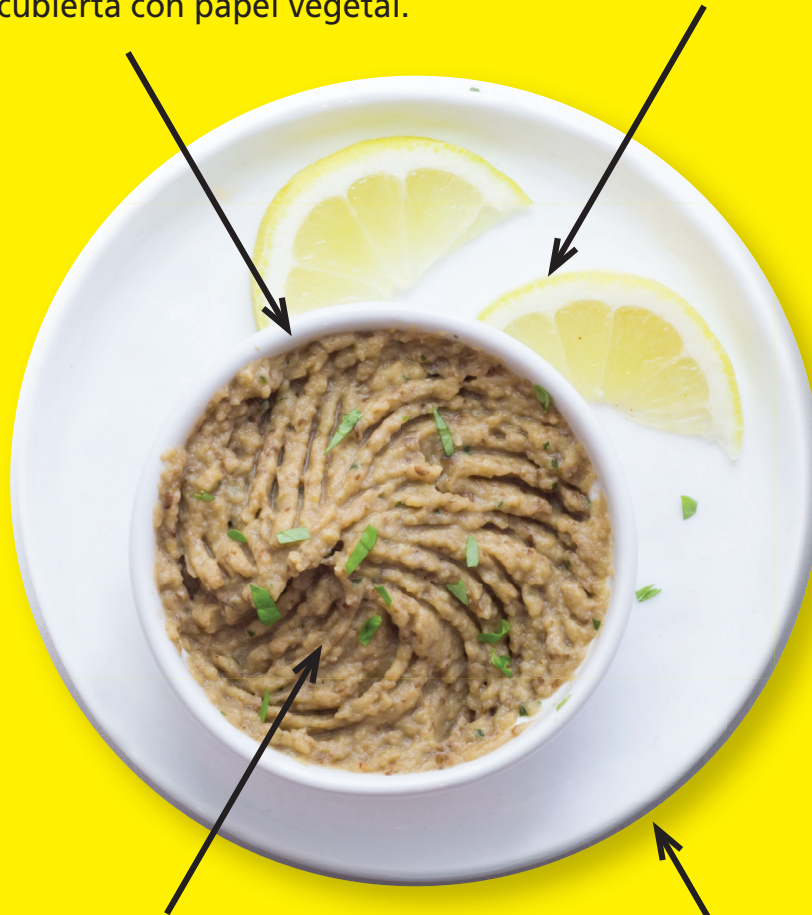


5 hojas de albahaca



1 Precalienta el horno a 180 grados. Pela y pica el ajo. Abre la berenjena a lo largo, hazle una incisión con un cuchillo y colócala sobre una bandeja de horno cubierta con papel vegetal.

2 Con un pincel, unta con aceite de oliva la berenjena, sálala y cúbreala con el ajo picado. Hornéala durante 30 minutos.



3 Con una cuchara, saca la pulpa de la berenjena y tritúrala con el zumo de limón, la albahaca y el resto del aceite de oliva; sazona la mezcla con pimienta.

4 Déjalo enfriar y mételo 30 minutos en la nevera.



PATÉ DE GUISANTES



PARA 6 PERSONAS

PREPARACIÓN: 10 MINUTOS

COCCIÓN: 30 MINUTOS

REPOSO: 20 MINUTOS

LISTA DE LA COMPRA



200 g de guisantes
secos



1 diente de ajo



1 cucharada sopera
de aceite de oliva



1 cucharada sopera
de puré de almendras



4 ramitas de perejil



1 cucharadita
de semillas de sésamo

10 – PARA UNTAR Y BEBER



1 Cuece los guisantes secos en agua hirviendo durante 30 minutos; escúrrelos y déjalos enfriar.

2 Pela el diente de ajo. Tritúralo con los guisantes, el aceite y el puré de almendras. Salpiméntalo.



3 Espolvoréalo con perejil picado y semillas de sésamo.



PATÉ DE CABALLA



PARA 4 PERSONAS

PREPARACIÓN: 10 MINUTOS

LISTA DE LA COMPRA



200 g de filetes
de caballa



150 g de queso fresco



1 chalota



el zumo de ½ limón



10 ramitas de cebollino



3 cucharadas soperas
de aceite de oliva

12 – PARA UNTAR Y BEBER



1 Pela y pica la chalota.

2 En un plato, desmenuza los filetes de caballa con un tenedor.



3 Añade el queso fresco, la chalota, el zumo de limón y el aceite de oliva. Sazonalo todo con pimienta.

4 Mezcla la preparación y añade el cebollino picado. Sírvela fría.



PATÉ DE QUESO DE CABRA CON ALBAHACA Y PIÑONES



PARA 4 PERSONAS

PREPARACIÓN: 10 MINUTOS

LISTA DE LA COMPRA



200 g de queso
de cabra fresco



40 g de piñones



10 ramitas de albahaca



1 cucharadita de miel



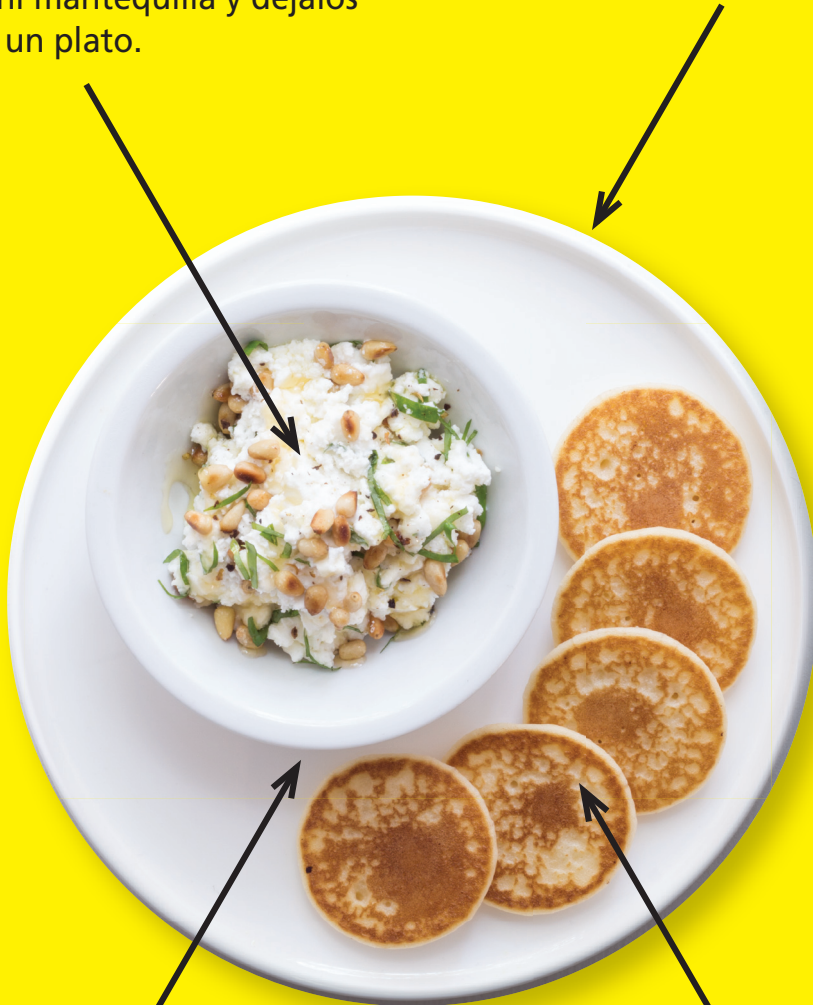
3 cucharadas soperas
de aceite de oliva



20 miniblinis

1 Dora los piñones en una sartén sin aceite ni mantequilla y déjalos enfriar en un plato.

2 Lava la albahaca, sécala y pícala.



3 En un cuenco grande, mezcla muy bien todos los ingredientes.

4 Sirve la crema fría con los miniblinis.