



i S A L S A !

ROMAIN FORNELL



# iSALSA!

ROMAIN FORNELL

Fotografías de Martí Sans



La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor. La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías.

Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En Grupo Planeta agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.

Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

© Romain Fornell, 2023

© del prólogo: Albert Adrià, 2023

© de las fotografías del interior: Martí Sans

Diseño de cubierta: Planeta Arte & Diseño

Diseño y maquetación: Mot Studio

Primera edición: enero de 2024

© Editorial Planeta, S. A., 2023

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

Planeta Gastro es marca registrada por Editorial Planeta, S. A.

[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

ISBN: 978-84-08-28160-3

Depósito legal: B. 17.207-2023

Impresor: Unigraf

Impreso en España – Printed in Spain

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel ecológico y procede de bosques gestionados de manera sostenible.



# ÍNDICE

Prólogo, por Albert Adrià / 7

Introducción / 9

Materiales / 10

Glosario / 11

Recetas

Caldos, jugos y salsas base / 14

Salsas al mortero / 42

Salsas típicas francesas / 64

Salsas emulsionadas en caliente / 78

Salsas emulsionadas en frío / 96

Salsas para tener siempre en la nevera / 128

Salsas dulces / 178

Índices / 204



# PRÓLOGO

## ¿Se puede besar a una salsa?

Aviso a quienes nos gusta la buena cocina, ¡estamos de enhorabuena! Ya tenemos aquí *¡Salsa!*, una obra escrita por uno de los cocineros más geniales que conozco, Romain Fornell, el hombre tranquilo, el hombre orquesta y, a partir de ahora, el mago de las salsas.

Nadie pone en duda que Francia es la cuna de estas elaboraciones y que históricamente siempre han sido recetas rodeadas de un aura especial. Cuando Marie-Antoine Carême y Auguste Escoffier, padres de la cocina francesa, escribieron sobre las principales familias de salsas, seguro que no podían imaginar que doscientos años después sus enseñanzas seguirían siendo la base de la formación de los chefs actuales.

Más tarde, en la *Nouvelle Cuisine*, denominación acuñada en 1972 por Henri Gault y Christian Millau, la partida del salsero era la más respetada en una cocina. De este movimiento culinario podemos decir que nacieron las salsas modernas y que una de sus características fue que redujo la harina como espesante y abrió la puerta a salsas más livianas, espesadas con yema de huevo, mantequilla o nata, que hoy en día son recursos válidos y actuales en cualquier restaurante del mundo, y por supuesto también en Francia.

El salsero era y es la persona encargada de preparar y levantar todas las salsas de un restaurante y ponerlas a punto tanto en textura como en sabor, con las dificultades que comporta mantenerlas en perfectas condiciones durante todo el servicio.

Romain y yo compartimos muchas cosas, y elaborar salsas es una de ellas, por eso supongo que me pidió escribir unas palabras para este libro, porque nos encanta cocinarlas, comerlas ¡y hasta besarlas! Porque seguro que nunca lo has pensado, pero aparte de a las personas o a las mascotas... ¿qué más besamos? ¡Pues las salsas!

Romain nos regala en este libro las recetas de las salsas emulsionadas que tan bien domina, especialidades del país vecino, caldos y jugos, salsas al mortero —¡qué debilidad!— y grandes clásicos como la bordalesa, la Café de París, la americana y tantas y tantas otras.

Este libro sin duda es para mojar pan.

Estoy salivando.

Albert Adrià



# INTRODUCCIÓN

Este es un libro escrito para estar siempre a mano en la cocina.

Las páginas que figuran a continuación contienen un mundo de salsas únicas, clásicas y contemporáneas, tradicionales y sorprendentes, cada una con su propio carácter, sabor y aroma. Aquí encontrarás desde recetas muy sencillas a otras más elaboradas, pero siempre explicadas con detalle y paso a paso, porque esta es una obra pensada para que todo el mundo, ya sea un principiante o un cocinero experimentado, encuentre nuevas ideas y técnicas para añadir sabor a sus platos.

Además, no solo he incluido mis recetas, que recogen lo mejor de las tradiciones francesa y catalana, sino también las de mis amigos chefs de todo el mundo, de modo que el conjunto es un banquete internacional para los sentidos.

Da igual si lo que buscas es una salsa para acompañar tus carnes o tu idea es dar un nuevo giro a tus verduras, si quieres innovar en tus platos del día a día o impresionar a tus invitados, en este manual encontrarás lo que necesitas.

Así que prepárate para sumergirte en un mundo de sabores y aromas para vivir una de las experiencias culinarias de tu vida.

¡Buena lectura!

Caldo blanco de gallina  
p. 16

Fumet de pescado blanco  
p. 18

Jugo de bogavante *à la presse*  
p. 20

Jugo de ternera  
p. 22

Jugo de costillas  
p. 24

Jugo de pescado  
p. 26

# CALDOS, JUGOS Y SALSAS BASE

Elaboraciones básicas para tener siempre en el congelador  
y que llenarán de sabor tus platos

Jugo de pichón *à la presse*  
p. 28

Jugo de pollo  
p. 30

Jugo de setas  
p. 32

Jugo de verdura asada  
p. 34

Salsa bullabesa  
p. 36

Salsa verde  
p. 38

Suquet  
p. 40

# CALDO BLANCO DE GALLINA

## Ingredientes

1,5 kg de gallina o pollo / 220 g de cebolla / 3 dientes de ajo / 300 g de col  
150 g de zanahorias / 220 g de puerro / 2 hojas de laurel / 1 cucharadita de sal  
1 cucharadita de pimienta / 5 l de agua



## Elaboración

- 1 – Trocea la gallina y ponla en una olla con agua fría. Llévala a ebullición y desespuma para eliminar las impurezas.
- 2 – Mientras tanto, limpia, pela y corta las verduras en trozos grandes.
- 3 – Cuando la olla deje de espumar, añade las verduras, el laurel, la sal y la pimienta, baja el fuego y deja que se cocine lentamente a fuego medio-bajo durante 3 horas.
- 4 – Cuela el resultado y listo.



El caldo blanco de gallina es un básico que se utiliza como base para todo tipo de recetas, aunque también se puede tomar tal cual como sopa o consomé.

Se conserva bien en el congelador hasta tres meses.

# FUMET DE PESCADO BLANCO

## Ingredientes

1 kg de espinas de pescado / 150 g de cebolla / 180 g de puerro / 120 g de hinojo  
3 dientes de ajo / 1,5 l de agua



### **Elaboración**

- 1– Trocea en tres partes las espinas y sumérgelas durante 30 minutos en un baño de agua con hielo y sal (en una proporción de 35 g por cada litro) para desangrarlas.
- 2– A continuación, ponlas en una cazuela y cúbre las con agua. Llévalas a ebullición y desespuma para eliminar las impurezas.
- 3– Mientras tanto, limpia, pela y corta las verduras en trozos grandes.
- 4– Incorpora las verduras a la cazuela, baja el fuego y cocina a fuego medio-bajo durante 25 minutos. Cuela finalmente.



Este fumet es similar al jugo de pescado, pero su sabor es mucho más intenso y concentrado.

Es una base ideal para todo tipo de guisos y arroces de pescado.

# JUGO DE BOGAVANTE À LA PRESSE

## Ingredientes

200 g de jugo de bogavante / 23 cabezas de bogavante con su coral

90 g de brandi Fundador Supremo 15 / 30 g de mantequilla



## Elaboración

- 1– Tuesta las cabezas de bogavante en una *cocotte* (una cazuela de hierro fundido) con la mantequilla y flambea con el brandi.
- 2– Vierte el contenido de la *cocotte* en la prensa de alimentos para extraer el jugo del bogavante.
- 3– Liga con unas varillas el jugo de bogavante con el jugo de las cabezas.



Para obtener el jugo de bogavante sigue la receta del jugo de pescado (ver pág. 26) y sustituye las espinas por cabezas de bogavante.

Si no tienes prensa de alimentos puedes usar un colador chino y la mano del mortero para extraer el jugo de las cabezas.

# JUGO DE TERNERA

## Ingredientes

2 kg de falda de ternera / 2 kg de huesos de ternera / 5 dientes de ajo  
500 g de cebolla / 250 g de zanahorias / 40 g de tomate concentrado / 2 hojas de laurel  
1 cucharadita de pimienta negra / 1 l de vino tinto / 5 l de agua / Aceite de oliva / Sal



## Elaboración

- 1– Sumerge los huesos durante 1 hora en agua salada con hielo para desangrarlos, corta la carne en tacos de 5 cm y precalienta el horno a 250 °C.
- 2– Pon la carne y los huesos en una bandeja adecuada y cocínalos en el horno durante 30 minutos. Es importante dar la vuelta a la carne a media cocción para que se caramelicé por todas las caras.
- 3– Mientras tanto, pela las cebollas, córtalas en cuartos y dóralas en una cazuela con un poco de aceite. A continuación, añade los dientes de ajo cortados por la mitad.
- 4– Cuando la carne del horno esté lista, añádela a la cazuela. Desglasa la bandeja del horno con el vino tinto y agrega este jugo a la cazuela junto con la pimienta negra y el laurel.
- 5– Cubre con agua, llévala a ebullición y, a continuación, baja el fuego y cocina a fuego lento durante 8 horas.
- 6– Una vez pasado este tiempo cuele el caldo y déjalo enfriar para retirar la grasa.
- 7– A continuación, redúcelo hasta obtener un jugo untuoso.



Si lo prefieres, puedes usar la olla exprés. En ese caso, el tiempo de ebullición será de 90 minutos.

Una base que vale la pena tener siempre en el congelador, porque se usa en multitud de guisos, salsas y otras recetas.

# JUGO DE COSTILLAS

## Ingredientes

2 kg de costillas de cerdo / 300 g de cebolla / 40 g de ajo / 2 hojas de laurel  
600 g de vino tinto / 5 l de agua / Aceite de oliva / Sal y pimienta



## Elaboración

- 1 – Precalienta el horno a 250 °C y trocea las costillas en dados de unos 5 cm.
- 2 – Pon la carne en una bandeja adecuada y carameliza en el horno durante 30 minutos.
- 3 – Mientras tanto, pela y corta en trozos grandes la cebolla y el ajo y cocínalo a fuego medio-fuerte en una cazuela con un poco de aceite.
- 4 – Añade la costilla caramelizada a la cazuela, elimina el exceso de grasa de la bandeja de horno y desglasas con el vino.
- 5 – Incorpora a la cazuela el jugo del desglasado, cubre con agua, añade el laurel y llévalo a ebullición. A continuación, baja el fuego y deja que se cocine lentamente durante 7 horas.
- 6 – Cuela el caldo y deja que se enfríe para retirar mejor la grasa.
- 7 – Reduce hasta obtener un jugo untuoso.



El jugo de costillas es un ingrediente versátil y delicioso que permite crear una exquisita salsa espesa para glasear al horno tanto verduras como carnes o pescados.

Su alta reducción y su elevado contenido de gelatina le proporcionan una textura espesa y pegajosa ideal para recubrir los alimentos con un sabor intenso.