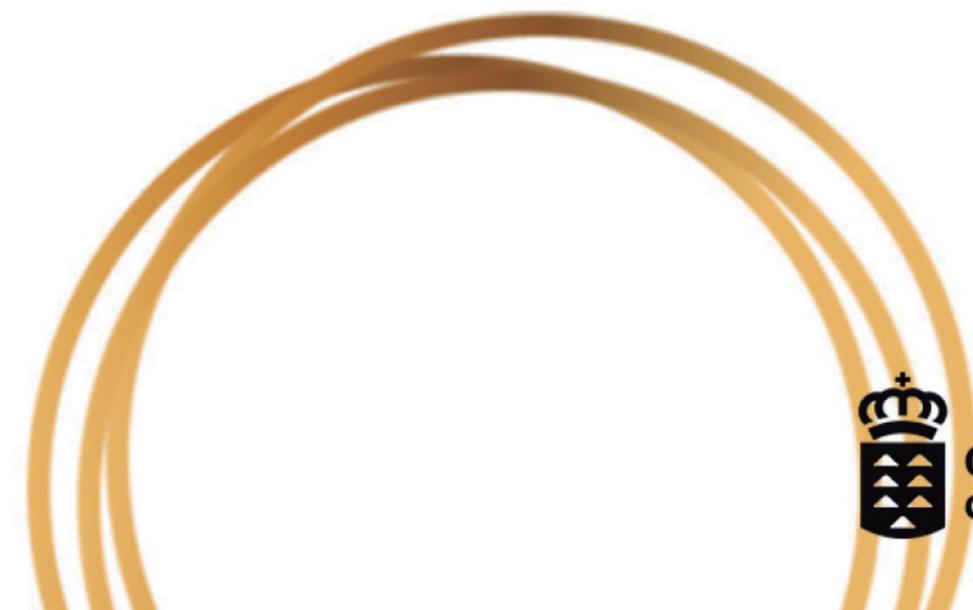


# RECETARIO



**bien**mesabe



Gobierno  
de Canarias



# CREMA DE CASTAÑA

**3 kg. de castañas**  
**6 cebollas**  
**3 puerros**  
**4 ajos**  
**1 l. de leche**  
**agua**  
**sal y pimienta**  
**1 l. nata**  
**brotos de cebolla**

Pelar las castañas y los demás ingredientes. Cocer las castañas en agua por separado. Trocear ingredientes (cebolla, puerro, ajo y papas). Poner en una cazuela con aceite de oliva y rehogar.

Añadir el agua hasta que cubra y cocer a fuego medio. Añadir las castañas ya cocidas y cocinar unos minutos. Triturar y pasar por el colador chino.

# SAN JACOBO DE ÑAME CON FALSO ALI OLI DE CILANTRO

**2 kg. ñame**  
**200 grs. de jamón**  
**200 grs. de queso amarillo**  
**400 grs. de papas cereales**  
**pan rallado**  
**sal y pimienta**  
**4 huevos**  
**harina**  
**mayonesa**  
**cilantro**  
**harina**  
**6 ajos**  
**aceite de oliva**  
**aceite de girasol**  
**cebollino**

Pelar el ñame, cortar en rectángulos, cocer, enfriar y reservar.

Cortar el jamón y el queso en rectángulos del tamaño del ñame.

Para los chips de papas:  
Pelar las papas, cortar fino por la mandolina, freir y reservar. Moler los cereales y mezclarlos con el pan rallado. Montar los san jacobos poniendo ñame y jamón. A continuación, enharinar, pasar por huevo y freir.

Para el ali oli:  
Lavar el cilantro y reservar, confitar los ajos. Con estos dos ingredientes listos, licuar los ajos con un poco de aceite, reservar y licuar el cilantro con un poco de aceite y reservar. Mezclar la mayonesa con la pasta de ajo confitada y el licuado de cilantro.

# CHUTNEY DE KIWI CON TOSTA DE SALMÓN

**1 kg. de kiwis**  
**ajo**  
**limón**  
**cilantro**  
**comino**  
**jengibre**  
**sal y pimienta**  
**canela**  
**guindilla**  
**mantequilla**  
**2 panes de barra**  
**400 grs. salmón**  
**ahumado**  
**brotos de alfalfa**  
**vinagre de manzana**  
**azúcar**

Pelar los kiwis y el jengibre y reservar. Poner a cocer los kiwis a fuego bajo durante 20 minutos. Añadir el azúcar y hacer confitura unos 20 minutos más. Añadir el jengibre y las especias y cocinar otros 10 minutos. Añadir el vinagre, evaporar y reservar. Una vez en frío, añadir el cilantro picado.

Para la tosta de salmón:

Cortar una rebanada de pan que hay que tostar. Untar con el chutney generosamente y coronar el salmón ahumado.

Elaborar saquitos de chutney y gambas (con masa wontun y gambas)



# LOMO DE GALLO CON VERDURITAS SOBRE CREMA DE PAPA

**2 limones**  
**4 zanahorias**  
**400 grs. de calabaza**  
**400 grs. de brócoli**  
**calabacín**  
**mantequilla**  
**papas**  
**nata**  
**agua**  
**sal y pimienta**  
**perejil rizado**

Limpia el gallo y corta las verduras: la zanahoria en mandolina, la calabaza cuadrada, el calabacín con saca bolas y el brócoli en ramitos.

Cocer las verduras, enfriar y reservar.

Para el puré de papas, cocemos la papa en agua añadiéndole nata y mantequilla. Marcar el gallo por el lado de la piel y un ramo de perejil rizado frito encima.

En un plato colocar una base de la crema de papas, añadir las verduras colocadas y encima el lomo marcado.



# CRUJIENTE DE BERENJENA EN SALSITAS

**4 berenjenas**  
**mayonesa**  
**ajos**  
**400 grs. queso parmesano**  
**albahaca**  
**aceite**  
**azúcar**  
**orégano**  
**40 grs. de piñones**  
**tomates cherrys**  
**cilantro**  
**curry**  
**canela**  
**yogur natural**  
**menta**  
**comino**  
**cúrcuma**  
**maicena**  
**sal y pimienta**

Lavar las berenjenas, cortar por la mandolina finamente, enharinar y freír hasta hacer chips. Hacer el pesto con el aceite de oliva, la albahaca, el queso parmesano, sal y pimienta.

Hacemos la confitura de tomate. Para ello cogemos los tomates cherrys y los ajos confitados y triturados. Se añaden especias y aceite de oliva.

Para la salsa de yogur:  
Mezclar yogures, mayonesa, aceite de oliva, menta fresca, comino, sal, pimienta y gotas de limón.

Finalmente hacemos la mayonesa de curry. Para ello mezclamos mantequilla derretida con comino, cúrcuma, canela y curry, lo dejamos reposar y lo mezclamos con la mayonesa.

Con una pizarra de base, poner las chips en una cesta espolvoreadas con orégano y sus acompañamientos en botes al lado.



HECANSA.COM

---

---

---