

RECETARIO



bienmesabe





PAVO CON ESPÁRRAGOS, BATATA Y PAPA

espárragos
2 pechugas de pavo
2 batatas
10 papas azules
8 ciruelas
150 ml. de vino blanco
2 chalotas
vinagre
20 grs. de pistachos
aceite de oliva
pimienta
sal
perejil

Lavamos las batatas y las colocamos en una bandeja de horno. Las regamos con aceite y las asamos a 180 grados durante 20 minutos. Pasado ese tiempo las pelamos y las tritamos. Reservamos.

Calentamos una cazuela con agua, agregamos las papas azules y las cocinamos durante 30 minutos. Las pelamos y las tritamos con un poco de aceite y un poco de sal. Pelamos, picamos las chalotas y las rehogamos en un cazo con un chorrito de aceite.

Agregamos las ciruelas, el vinagre, el vino y un poco de agua y salpimentamos.

Dejamos que reduzca y espolvoreamos los pistachos picados en la salsa.

Salteamos los espárragos con un chorro de aceite de oliva y sal. Reservamos, salpimentamos las pechugas de pavo y las cocinamos 3-4 minutos por cada lado en una sartén o plancha con un chorrito de aceite.



TORRIJAS DE SEMANA SANTA

pan duro
1 l. de leche
entera
azúcar

1 rama de canela
3-4 huevos
aceite de girasol
canela para
espolvorear

para la crema
inglesa:

1 l. de leche
6 yemas de
huevo
150 grs. de
azúcar
esencia de
vainilla

Cortamos el pan en rebanadas y las colocamos en una bandeja grande. En un cazo ponemos la leche y la infusioamos.

Vertemos la leche sobre las rebanadas y dejamos que se empapen unos minutos. Batimos los huevos. Calentamos abundante aceite de girasol, sacamos con mucho cuidado con la ayuda de una espumadera las rebanadas de la leche y las sumergimos en el huevo batido. Las ponemos en el aceite caliente, las freímos 3 minutos por cada lado. Cuando estén listas las sacamos en un plato con papel absorbente y espolvoreamos el azúcar y la canela en polvo.

Para la crema inglesa ponemos las yemas en un recipiente y batimos mientras le incorporamos el azúcar en forma de lluvia. Calentamos la leche con la vainilla.

Añadimos la leche sobre la mezcla de azúcar y huevos lentamente para que los huevos no se cuajen.

Ponemos todo en un cazo al fuego y dejamos que espese sin parar de remover.

SANCOCHO DE CHERNE

1 kg. de cherne
100 grs. de pimiento rojo
100 grs. de pimiento verde
150 grs. de cebolla
100 grs. de calabaza
120 grs. de batata
3 dientes de ajo
cilantro
200 grs. de papas
pimentón dulce
pimentón picante
azafrán
laurel
harina
tomillo

Cortamos el cherne en rodajas y reservamos.

Cogemos la cabeza, la pasamos por harina y la freímos con un poco de agua en una cazuela.

En otro sartén tostamos a la brasa los pimientos rojos y verdes y le quitamos la piel.

A continuación, picamos en dados toda las verduras y la ponemos a guisar junto con las cabezas de pescada.

Una vez que esté guisado y coja sabor quitamos las cabezas y añadimos las rodajas en la cazuela y cocinamos todo hasta que esté en su punto.



HECANSA.COM
