



## Cocina creativa

# Mesa para 2

Un menú de lujo, una noche especial y un regalo para el paladar. Nada mejor para celebrar el día de los enamorados que compartir unos platos exquisitos regados con el mejor vino.

Por María Zarzalejos / Fotos → B. Winkelmann

## Ostras cristalizadas con perlas de manzana verde

Tiempo de elaboración: 30 minutos. Cocción: 15 minutos. Dificultad: accesible.

### CÓMO SE PREPARA:

**1.** En una sartén, pon la mantequilla y el aceite. Calienta a fuego suave y agrega la cebolla y el diente de ajo prensado. Sazona con sal y sofríe durante siete minutos. Mientras, lava las hojas de espinacas frescas. Saltea durante cinco minutos, manteniendo siempre el fuego suave.

**2.** En un cuenco, echa las hojas de gelatina cubiertas con agua templada para que se deshagan.

**3.** Abre las ostras y separa la carne. Pásalas a un plato y consérvalas en el frigorífico. Recoge el jugo de las ostras y échalo a una cazuelita. Reserva las ocho conchas más grandes.

**4.** Cuando la gelatina esté blanda, échala en una cazuelita, junto con el jugo de las ostras y un poco del agua de remojo. Ponla a fuego suave y remueve sin dejar que hierva, hasta que la gelatina esté del todo disuelta. Después, añade un poco de pimienta negra y rosa. Pasa esta gelatina a un recipiente más pequeño de forma cuadrada y consérvalo en el frigorífico hasta que cuaje. Cuando esté lista, córtala en cuadrados.

**5.** Aparte, pela la media manzana, descórzala, haz bolitas con el sacabolos y riégalas con un poco de

zumo de limón para que no se pongan oscuras.

**6.** Coloca las ocho conchas de las ostras sobre una fuente redonda y amplia, con el fondo cubierto de hielo picado. Distribuye el salteado de espinacas entre las ocho conchas, añade encima las ostras y salpica con unas bolitas de manzana y unos cuadraditos de gelatina.

El mejor maridaje. Val de Sil 2007. D.O. Valdeorras. Bodegas Valdesil, elaborado con godello 100%. Sin crianza. Servir a 10°C. Precio: 10,70 €.

### PARA 2 PERSONAS:

**INGREDIENTES**  
8 ostras • 1 cucharada de cebolla picada • 1/2 diente de ajo pequeño • 8 hojas de espinacas frescas • 1/2 manzana verde • 10 g de mantequilla fresca • 1/2 cucharada de aceite de oliva virgen extra • 2 hojas de gelatina • 2 granos de pimienta negra y otros 2 de pimienta rosa • Sal.



Sección: Pag.Especiales

Pág.: 51

Espacio: 546 cm2 (93% Pág.)

10755;

# Mujer hoy

07 - Feb - 2009

Valor Pub: 20.016,9 C

Escala 1: 1,05





## Cocina creativa



### Tosta de foie gras y carpaccio de champiñones

**Tiempo de elaboración:** 30 minutos. **Cocción:** 20 minutos. **Dificultad:** fácil.

#### CÓMO SE PREPARA:

1. Lava los champiñones, córtalos en láminas, colócalas en una fuente y riégalas con zumo de limón. Cúbrelas con papel transparente.
2. Pon el aceite en una sartén y caliéntalo. Agrega la cebolla, sazónala con sal y tapa hasta que esté muy suave y pochada.
3. Añade el azúcar y el vinagre, y mantén la cocción suave hasta que quede un caramelo líquido. Pásalo a una salsera y deja enfriar.
4. Corta el mi-cuit en láminas muy finas y tuesta ligeramente las cuatro rebanadas de pan. Pon un poco de jugo de cebolla confitada encima de cada tostada y cubre con láminas de champiñón, cebolla confitada y acaba con otra lámina de mi-cuit. Sirve en salsera aparte la cebolla confitada que haya sobrado.

**El mejor maridaje.** Tinto Portia 2004. D.O. Ribera del Duero. Bodegas Grupo Faustino. Tempranillo 100%. Servir a 16°C. Precio: 11 €.

#### PARA 2 PERSONAS:

INGREDIENTES

4 rebanadas grandes de chapa-  
ta • 100 g de foie-gras mi-cuit  
• 100 g de champiñones • 1  
limón • 100 g de cebolla picadi-  
ta • 1 cucharada de azúcar • 1/2  
cucharada de vinagre • 2 cuchar-  
radas de aceite de oliva virgen  
extra suave • Sal • Pimienta  
negra.



### Risotto con ceps y pechuga de pollo fileteada

**Tiempo de elaboración:** 90 minutos. **Cocción:** 60 minutos. **Dificultad:** media.

#### CÓMO SE PREPARA:

1. Calienta el horno a 200°C y corta un trozo cuadrado de papel de aluminio. Sazona con sal y pimienta la pechuga, añade perejil, ajo, cebolla, jengibre y la zanahoria. Envuelve todo en el papel de aluminio y hornea 45 minutos.
2. Saca la pechuga y filetéala. Aparte, cuece el caparazón en agua con sal. Cuélate y reserva.
3. Pon los ceps a remojo. Sofríe la cebolla en 20 g de mantequilla y añade el arroz.
4. Agrega el vino y cuece. Una vez reducido, agrega un tercio del caldo y calienta. Vierte otro tercio de agua y cuece. Echa el último tercio de agua, remueve y calienta a fuego suave. Agrega el resto de la mantequilla y mezcla.
5. Saltea los ceps yazona con sal. Sirve el risotto, los ceps y la pechuga.

**El mejor maridaje.** Marqués de Arienzo 2006. D.O. La Rioja. Bodegas Marqués de Arienzo. Tempranillo 100%. Servir a 16°C. Precio: 30 €.

#### PARA 2 PERSONAS:

INGREDIENTES

1/2 pechuga de pollo • 1/2 cebolla  
• 1 zanahoria • 1/2 diente de ajo  
• Sal • Pimienta negra y blanca  
• Caldo de ave • 1 litro de agua  
• 1 carcasa de pollo • Jengibre  
y perejil. Risotto: 100 g de arroz  
arborio • 1/2 l de caldo de ave  
• 50 g de cebolla • 50 ml de vino  
blanco • 40 g de mantequilla  
• 100 g de ceps • 1/2 cucharada  
de aceite • Sal • Pimienta.



### Copa de frambruesas y litchis

**Tiempo de elaboración:** 40 minutos. **Cocción:** 4 minutos. **Dificultad:** fácil.

#### CÓMO SE PREPARA:

1. Pon la mermelada de fresas en una cazuela con tres pétalos de rosas, dos cucharadas de agua, dos frambruesas y la pulpa de un litchi. Cuece a fuego suave durante tres minutos. Apaga, tritura y conserva en el frigorífico.
2. Pela los litchis restantes y elimina el hueso central. Échalos en un cuenco, junto con las frambruesas, y reserva cuatro para adornar.
3. Espolvorea con 50 g de azúcar glas, mezcla y macera 30 minutos. Aparte, mezcla los yogures con el queso y agrega el azúcar glas.
4. Elige dos copas y pon en el fondo un poco de mezcla de yogur, sirope rojo, más yogur con frambruesas y litchis. Termina con crema de yogur y queso. Riega con el sirope y adorna con las frambruesas y los pétalos de rosa.

**El mejor maridaje.** Champagne Laurent Perrier. Cuvée Rosé Brut. Servir 8°C. Bodegas Marqués de Riscal. Precio: 19,20 €.

#### PARA 2 PERSONAS:

INGREDIENTES

14 frambruesas • 5 litchis  
• 4 cucharadas de mermelada  
de fresas • 2 yogures grie-  
gos • 50 g de queso crema (o  
mascarpone) • 75 g de azúcar  
glas • Pétalos de rosa frescos  
comestibles.