

A Gema, Raquel y Roberto, por su apoyo incondicional en los momentos buenos y los malos y por soportarme y aguantarme tal como soy, que no es poco...

RECETASonline

Índice de recetas

Merluza sobre ajos tiernos y gambas con salsa verde	4
Flan de queso en microondas	6
Brocheta de atún al humo y tomates cherry.....	8
Crema de calabaza.....	10
Burritos de pollo	12
Macarrones con albóndigas.....	14
Fajitas de carne	16
Tortillas de trigo	18
Bizcocho de manzana	20
Sepia con tomate.....	22
Espaguetis a la española	24
Pizza de barbacoa	26
Ensalada cantonal.....	28
Falso steak tartar	30
Patatas con escabeche	32
Salsa de roquefort rápida	34
Mejillones al vapor	36
Mojito.....	38

Mejillones en escabeche	40
Mojo picón	42
Papas arrugás con mojo picón	44
Paella mixta con costillas.....	46
Boquerones adobados.....	48
Verbena de frutas.....	50
Pollo a la marinera.....	52
Solomillo de cerdo con salsa de trufa y boletus.....	54
Paella.....	56
Panecillos	58

Merluza sobre ajos tiernos y gambas con salsa verde



Ingredientes:

- *4 lomos de merluza*
- *2 ajos tiernos*
- *50 gr de gambas peladas*
- *Caldo de pescado*
- *Harina de trigo*
- *Mantequilla*
- *Perejil*

La elaboración de esta **receta de cocina** es bastante sencilla. Lo primero que vamos a hacer es preparar la salsa verde y para ello ponemos 1 cucharada de mantequilla a fundir en un cazo.

Cuando tenemos la mantequilla derretida añadimos 1 cucharada de harina y cocinamos hasta que nos quede perfectamente integrado y con la textura como de una pasta.

Añadimos un vaso de caldo de pescado y el perejil y vamos a dejar reducir unos minutos hasta que tenga la textura deseada.

Por otro lado pelamos y cortamos los ajos tiernos y sofreímos en un sartén con un poquito de aceite y hasta que nos queden blandos.

Con los lomos de merluza lo que tenemos que hacer es enharinarlos y freír en una sartén con un poco de aceite. Dejamos cocinar por las dos caras hasta que estén bien dorados. Ecurrimos de aceite en papel absorbente y ponemos en la salsa para que se termine de cocinar unos 5 minutos más.

Para emplatar ponemos los ajos tiernos y las gambas y encima los lomos de merluza. Acabamos el plato salseando por encima un poco a gusto de cada uno.

Flan de queso en microondas



Ingredientes:

- 3 rebanadas de pan de molde sin corteza
- 250 gr de queso de fresco
- 3 huevos
- 400 gr de leche condensada (lata pequeña)
- La medida de la lata de leche (son unos 300 ml)

Recetas de cocina RECETASonline 2009

Para la elaboración lo que vamos a hacer es mezclar todos los ingredientes y triturar con una batidora, por ejemplo. Yo he usado la **Thermomix** porque tritura de maravilla...

Una vez que tenemos todo bien triturado lo ponemos en vasitos llenos solamente hasta poco más de la mitad. Esto es importante porque luego el flan crecerá un poco.

Tapamos los vasos con papel transparente o una tapa de plástico que cubra todos y ponemos unos 7 minutos a media potencia por cada dos vasos.

Sacamos y dejamos enfriar un poco antes de desmoldar. Al emplatar le he puesto caramelo líquido por encima...

RECETASonline

Brocheta de atún al humo y tomates cherry



Ingredientes:

- 100 gr de atún
- 6 tomates cherry
- Aceite de oliva
- Sal ahumada
- 1 lima

La elaboración de esta **receta de cocina** comienza troceando el atún. Intentaremos que los trozos sean lo más regulares que se pueda y que tengan forma de dado en la medida de lo posible.

Los colocamos en un recipiente hondo y ponemos el zumo de la lima, la sal ahumada (esto al gusto de cada uno) y el aceite hasta que cubra el atún.

Dejaremos macerar por espacio de unas dos horas, aunque con una hora sería suficiente si tenéis mucha prisa.

Pasado el tiempo de maceración escurrimos los cubos de atún y vamos a montar la brocheta. Para ello alternamos atún y tomate cherry en el pincho hasta que tengamos cuatro porciones de atún y tres tomatitos.

Preparamos una plancha o sartén muy ancha y vamos a cocinar cada una de las brochetas hasta que todas sus caras estén doradas.

Ya tenemos nuestras **brochetas de atún al humo y tomates cherry** listas para servir. Yo las he acompañado de unos brotes de remolacha que le han dado un toque especial al plato.

Crema de calabaza



Ingredientes:

- 4 zanahorias
- 2 puerros
- 1 patata grande
- 1 trocito de apio
- 2 litros de agua
- 3 cuartos traseros de pollo
- 50 gr de calabaza

Recetas de cocina RECETASonline 2009

Para la elaboración lo primero que vamos a hacer es pelar las zanahorias, la calabaza, la patata y el puerro. Troceamos y reservamos.

El pollo lo vamos a pasar por el soplete para quitar los posibles restos de plumas que pudieran tener. También lo podéis hacer a la lumbre en la cocina de gas. Puede parecer una tontería pero es realmente importante.

En una olla a presión ponemos un par de cucharadas de aceite de oliva y cuando esté caliente doramos las piezas de pollo. Seguidamente incorporamos el agua y toda la verdura. Con el pollo podemos preparar unas deliciosas **croquetas de pollo...**

Tapamos y dejamos cocinar unos 10 minutos desde el momento en que sube el indicador de la olla a presión.

Una vez que se a enfriado y podemos manipular el interior, retiramos el pollo y el apio. Con el resto de ingredientes vamos a pasar por la batidora y triturar hasta que nos quede bien fino. Si lo queremos más fino todavía lo podemos pasar por un chino.

Opcionalmente le podemos poner un poco de la carne de pollo y un chorrillo de leche o crema. El punto de sal como siempre al gusto de cada uno. Sin duda se trata de una receta muy ligera y muy apropiada si queremos bajar unos cuantos kilos de cada a las navidades...

Burritos de pollo



Ingredientes:

- 2 pechugas de pollo
- 1 pimiento verde
- 1 pimiento rojo
- 2 tortillas de trigo
- Salsa barbacoa
- Cayena molida

Para la elaboración de esta *receta de cocina* lo primero que vamos a hacer es preparar la verdura para ello cortamos los pimientos en tiras y los rehogamos en una sartén con un poco de aceite. A mitad de cocción introducimos las tiras de pechuga de pollo para que se terminen de cocinar juntos.

Un vez que tenemos la carne y la verdura cocinados reservamos y lo tenemos listo para formar los **burritos**. Para ello extendemos la [tortilla de trigo](#) y ponemos un poco de salsa barbacoa que extendemos por toda la superficie. Ahora le damos el toque de picante que le guste a cada uno con la cayena molida.

Por último ponemos la carne y la verdura y enrollamos. Ya tenemos nuestros **burritos de pollo** listos para servir.

RECETASonline

Macarrones con albóndigas



Ingredientes:

-200 gr de carne picada
-1 huevo
-2 cucharadas de pan
rallado

-Harina
-150 gr de macarrones
-Salsa de tomate

La elaboración de esta *receta de cocina* es realmente sencilla. Lo primero que vamos a hacer es hacer unas albóndigas con la carne picada, el pan rallado y el huevo.

Para ello ponemos la carne, el pan rallado y el huevo en un recipiente hondo y los mezclamos hasta que quede todo perfectamente mezclado.

Hacemos las bolitas de las albóndigas, pero en esta ocasión un poco más pequeñas de lo habitual, pasamos por harina y freímos en abundante aceite. Sacamos a papel absorbente una vez que estén bien doradas por toda la superficie.

Mientras en un cazo grande ponemos agua con un chorrito de aceite y una hoja de laurel y cuando entre en ebullición agregamos los macarrones y dejamos unos 7-8 minutos, siguiendo las indicaciones del paquete de pasta. Cuando está listo los escurrimos y enfriamos en agua fría.

En una sartén ponemos la salsa de tomate, que podemos especiar a nuestro gusto, y le incorporamos las albóndigas y los macarrones. Dejamos calentar unos minutos antes de servir.

Yo los he presentado con un poco de queso parmesano rallado y la verdad es que estaban realmente buenos.

Fajitas de carne



Ingredientes:

- 2 filetes de ternera
- 1 limón
- 1/2 pimiento rojo
- 1/2 cebolla
- 2 cucharadas de salsa de tomate
- Chile picante
- Tortillas de trigo

Recetas de cocina RECETASonline 2009

Para la elaboración de esta *receta de cocina* lo primero que vamos a hacer es cortar los filetes de ternera en tiras alargadas. Exprimimos el limón y ponemos en un recipiente hondo junto con las tiras de carne y cubrimos de aceite de oliva.

Vamos a dejar macerar en el refrigerador por espacio de una hora.

Preparamos una sartén y pochamos el pimiento y la cebolla todo cortado en tiras. Una vez que tenemos la verdura pochada añadimos la carne y rehogamos todo junto hasta que esté perfectamente cocinado. En este punto podemos agregar el chile picante... pero esto para el que le guste bien picante...

Extendemos las tortillas de trigo y ponemos un par de cucharadas de carne y verdura. Doblamos y ya tenemos nuestras *fajitas de carne* listas para degustar.

Como variante si no encontráis fácilmente chile picante podemos poner cayena molida por encima antes de enrollar. Podemos acompañar nuestras **fajitas de carne** con un poco de guacamole como el que os puse hace unas semanas...

Tortillas de trigo



Ingredientes:

- 150 gr de harina de trigo*
- 50 gr de manteca de cerdo*
- 1 vaso de agua tibia*

Para la elaboración de las *tortillas de trigo* lo primero que tenemos que tener en cuenta es que el agua que vamos a utilizar para esta receta tiene que estar tibia, de modo que debemos calentarla un poco. La temperatura que debe tener es que si metemos un dedo notemos el agua calentita, como para ducharse, vamos.

En un recipiente hondo ponemos la harina y la manteca y procedemos a juntarlo hasta obtener una textura como arenosa. Añadimos el agua y mezclamos bien amasando hasta obtener una masa flexible.

En una superficie lisa espolvoreamos un poco de harina y hacemos bolitas del tamaño de una nuez. Ponemos encima de la harina y ayudándonos de un rodillo extendemos hasta obtener una lámina muy fina y circular.

Ponemos en un plato cubiertas de un paño para que no se sequen y vamos friéndola en un sartén hasta que estén bien doradas por las dos caras. Ya tenemos nuestras **tortillas de trigo** listas para usar...

Bizcocho de manzana



Ingredientes:

-125 gr de harina

-2 huevos

-100 gr de azúcar

-1 yogurt natural

-50 gr de mantequilla

-1 manzana ácida

-1 sobre de levadura

Recetas de cocina RECETASonline 2009

Para la elaboración de esta receta lo primero que vamos a hacer es precalentar el horno a 150º.

A continuación separamos las claras de las yemas de los huevos. Batimos las yemas y agregamos el azúcar, la mantequilla derretida, el yogurt y la levadura mientras no dejamos de remover.

La manzana la lavamos, le quitamos el corazón y trituramos para incorporar a la mezcla anterior.

Por último vamos agregando poco a poco la harina sin dejar de remover.

Batimos las claras a punto de nieve y pasamos a mezclar con lo anterior. Vamos a hacerlo con movimientos envolventes para que se baje lo menos posible.

Untamos un molde con mantequilla y espolvoreamos harina. Vertemos el contenido de la mezcla en el molde y horneamos usando solamente la parte baja del horno.

Lo vamos a dejar unos 15 minutos o hasta que veáis que la parte que sobresale está doradita.

Una vez que el bizcocho está frío desmoldamos y podemos espolvorear azúcar glass por encima.

Sepia con tomate



Ingredientes:

- 1 sepia limpia
- 200 ml salsa de tomate
- 2 dientes de ajo
- Salsa Tabasco

La elaboración es realmente sencilla. Ya os he comentado en alguna ocasión que la sepia tiene dos puntos de preparación. El primero son unos dos minutos y medio, tiempo en el cual la sepia nos queda perfectamente cocinada y lista para servir. Este es el punto que le damos para presentarlo a la plancha.

El segundo punto y que es el que le queremos dar hoy es de unos cerca de 15 minutos, porque pasados los dos y medio iniciales la carne de la sepia se pone dura y hay que esperar a que se cueza para que ablande.

Por eso para esta receta añadimos la sepia troceada junto con un poco de aceite y dejamos unos diez minutos cocinándose y tapado antes de seguir con la receta.

Pelamos y picamos muy fino el ajo y añadimos a la sepia y dejamos que se cocinen hasta que comiencen a bailar, es decir, veréis que los trocitos de ajo dan saltitos...

Añadimos la salsa de tomate y dejamos al fuego un par de minutos antes de añadir la salsa Tabasco que la cantidad cada uno la ponga a su gusto.

Espaguetis a la española



Ingredientes:

- 200gr de espaguetis
- 200gr de carne picada
- 200gr salsa de tomate
- 50gr de jamón serrano
- 50gr de chorizo

Hacer esta *receta de cocina* es realmente sencillo. Lo primero que hay que hacer es rehogar la carne picada, para ello ponemos un chorro de aceite de oliva y dejamos la carne a fuego suave hasta que esté ligeramente dorada sin parar de remover para que no se nos queme.

Añadimos la salsa de tomate, que ya os he puesto con anterioridad, y el jamón y chorizo en tiras alargadas y calentamos un par de minutos.

La pasta la cocemos el tiempo que marque el envoltorio, pero suele ser unos 8 o 9 minutos, escurrimos y servimos en los platos. Finalizamos añadiendo el preparado de carne y tomate por encima y si queremos podemos poner un poco de queso rallado. Al tratarse de una receta “a la española” os recomiendo un queso manchego curado para rallar.

RECETASonline

Pizza de barbacoa



Ingredientes:

- 200gr de mozzarella
- 200gr de carne picada
- 3 cucharadas de salsa de tomate
- Salsa barbacoa

Para la *receta de la masa de pizza* os remito al artículo que os dejé hace unos meses sobre la [mejor pizza del mundo](#). Se trata de una *receta de cocina* para preparar una *masa de pizza* que es realmente deliciosa.

Un vez que tenemos preparada la masa y ha doblado su volumen podemos pasar a preparar nuestra *pizza barbacoa*.

Lo primero que tenemos que preparar es la **salsa barbacoa**. Podéis usar la receta que os dejé hace un tiempo y que podéis encontrar aquí, [receta de salsa barbacoa](#).

Continuamos preparando la carne y para ello la ponemos en una sartén a fuego lento con un chorro de aceite y hasta que esté dorada. Antes de sacar le añadimos un poco de sal y removemos para que se reparta bien. Si echáramos la sal al principio la carne perdería mucho agua y quedaría realmente seca.

Extendemos la masa de pizza bien con las manos o ayudándonos de un rodillo y ponemos las cucharadas de [salsa de tomate](#), el queso mozzarella por encima cubriendo el tomate y la carne que hemos rehogado.

Por último, le añadimos la *salsa barbacoa* y lo tenemos listo para poner en el horno. Lo tendremos 10 minutos a 220 grados por la parte de abajo solamente y otros 5 más por arriba y abajo a la vez, es decir, gratinando para que se funda el queso y se integren el resto de los ingredientes.

Ensalada cantonal



Ingredientes:

- 1 surtido ahumados (salmón, bacalao y bonito)
- 1/4 cebolla
- 1 cucharada de alcaparras
- 2 pepinillos
- aceite
- vinagre

Para la elaboración de esta **ensalada cantonal** lo primero que tenemos que hacer es picar en dados pequeños el surtido de ahumados. El *surtido de ahumados* que yo compro es de 150 gr y trae 50 gr de cada uno de los pescados. Si no encontráis este surtido, que es un poco difícil la verdad, podéis usar solamente [salmón ahumado](#), una **receta con vídeo** que os puse hace algún tiempo...

Picamos la cebolla igualmente en dados pequeños y hacemos lo mismo con los pepinillos. Los pepinillos que he usado son del tamaño mediano, es para que hagáis una idea de las cantidades.

Mezclamos todos los ingredientes picados y añadimos la cucharada de alcaparras, que tiene que estar escurrida, y aliñamos con el aceite y el vinagre.

Recordad que no debemos añadirle sal ya que los ahumados aportan el punto de sal necesario. Ya tenemos nuestra **ensalada cantonal** lista para disfrutar como aperitivo, por ejemplo.

Falso steak tartar



Ingredientes:

-150 gr de fiambre

-1/2 cebolla

-6 anchoas

-2 cucharadas alcaparras

-4 pepinillos medianos

-ketchup

-tabasco

La elaboración es realmente sencilla. Picamos la cebolla bien fina, lo más que se pueda, las alcaparras y los pepinillos y le añadimos las anchoas, que tienen que ir igualmente bien picadas. Desmenuzamos el fiambre y juntamos con el resto de ingredientes.

A estas alturas nos tiene que quedar como una especie de paté en cuanto a la consistencia. Añadimos el ketchup, la cantidad lo dejo al gusto de cada uno, pero yo uso un par solamente y sirve para aglutinar todos ingredientes. La cantidad de salsa Tabasco a utilizar pues ocurre lo mismo. Yo suelo poner un chorrito y es suficiente.

Mezclamos todo hasta que quede perfectamente integrado y dejamos reposar en el refrigerador al menos una hora para que se compacten los sabores.

Esta *receta de cocina* es ideal para tomar en el aperitivo acompañado de unas rebanadas de pan tostado. La receta original se hace con un buen filete de ternera crudo, picándolo bien fino. Pero en verano y con los calores que estamos soportando es mejor ir sobre seguro y consumir ni carne ni pescados crudos. De este modo sustituimos la carne por fiambre y el resultado es prácticamente el mismo.

Patatas con escabeche



Ingredientes:

- Patatas fritas
- Vinagre
- Pimentón

Esta receta de **patatas con escabeche**, se la vi hacer en una ocasión a **Ferrán Adriá**.

Se trata de una receta de lo más sencillo que se puede imaginar uno y los únicos ingredientes que necesitamos para confeccionar esta receta son patatas fritas, vinagre y pimentón.

En la receta de **Ferrán Adriá** se utilizaban patatas chip de bolsa, con lo que en verdad era más sencilla todavía... y la base de la misma es lo bueno que está un canapé de mejillón en escabeche sobre una patata frita.

Para la elaboración lo único que tenemos que hacer es freír unas patatas fritas y poner en un plato para servir. A continuación le ponemos un buen chorro de vinagre por encima, intentando que llegue a todas las patatas fritas un poco, y espolvoreamos el pimentón.

En esta receta cuanto mejor sea el pimentón mejor resultado obtendremos...

Salsa de roquefort rápida



Ingredientes:

- *Mayonesa*
- *Queso roquefort o azul*
- *Leche*

Como podéis ver se trata de una receta rápida... por tanto la elaboración no puede ser más que sencilla. No he puesto cantidades porque lo mejor es hacerlo un poco a ojo... de modo que os las voy comentando sobre la marcha.

Primero ponemos en un cazo a fuego suave a calentar la mayonesa. Esta nos determina un poco la cantidad que nos puede salir de salsa de modo que no hay que pasarse. Yo he puesto dos cucharadas por persona y era para cuatro, de modo que ocho cucharadas grandes.

Añadimos el queso troceado; la cantidad ha sido como media cuña de las que venden en los supermercados, unos 50gr aproximadamente. Si os gusta con sabor más fuerte a queso podéis usar más cantidad de este.

Cuando haya fundido el queso, que es bastante rápido, rectificamos el espesor de la salsa con leche hasta obtener la textura deseada y ya lo tenemos listo para acompañar, por ejemplo, una [tabla de patatas fritas](#) o una buena carne.

Espero que os haya gustado esta **receta de cocina** que, la verdad, hasta que no la probé dudaba de cual sería el resultado final y tengo que reconocer que fue sorprendentemente satisfactorio.

Mejillones al vapor



Ingredientes:

- *Mejillones de calidad*
- *Agua*
- *Limón*

La elaboración de esta *receta de cocina* es igualmente sencilla. Ponemos en un cazo los mejillones bien limpios y ponemos agua hasta que cubran la mitad del volumen de los mejillones. Yo he usado agua de mar y le ha dado un punto realmente bueno pero podéis usar agua y sal en su defecto sin problema.

Dejamos a fuego suave hasta que se abran todos por completo y veamos que están con un bonito color anaranjado. Dejamos enfriar y quitamos la tapa del mejillón que no tiene la carne.

Colocamos en el plato en el que vamos a servir y le ponemos un buen chorro de limón por encima. Ya tenemos nuestros mejillones listos para disfrutar del aperitivo.

RECETASonline

Mojito



Ingredientes:

- *Hielo picado*
- *Azúcar moreno*
- *Ron añejo*
- *Hierbabuena*
- *Lima*
- *Bebida gaseosa*

La elaboración de este *mojito* tampoco tiene mayor complicación. Ponemos dos cucharadas de azúcar y un par de hojas de hierbabuena por cada comensal en un mortero. Machacamos hasta obtener polvo del azúcar y las hojas picadas lo más fino posible.

Ponemos lo del mortero en el vaso y le añadimos el zumo de una lima. Removemos y le añadimos unos dos dedos de ron y otro tanto de bebida gaseosa (yo acostumbro utilizar Sprite o 7up, pero vale igualmente la gaseosa de toda la vida). Añadimos el hielo picado hasta que llegue al borde del vaso.

Podemos adornar con unas hojas de hierbabuena por encima. El *mojito* de la foto podéis ver que no tiene el hielo muy picado y es porque con el calor que hemos tenido no duraba ni cinco minutos de modo que le he sustituido por trozos de hielo. En verdad para que quede un **mojito** bien refrescante la consistencia que nos tiene que quedar es como la de un granizado.

Si no encontráis limas podéis usar limón, pero solamente medio limón porque nos puede quedar muy ácido.

Mejillones en escabeche



Ingredientes:

- 500 gr de mejillones
- 2 dientes de ajo
- 1 hoja de laurel
- 2 clavos de olor
- 1 cucharadita de pimentón dulce
- Aceite
- Vinagre

La elaboración de esta *receta de cocina* es muy sencilla. Lo primero que hay que hacer es poner el aceite a calentar y añadir los dientes de ajo en láminas, la hoja de laurel, los clavos de olor y por último el pimentón. Hay que tener en cuenta cuanto aceite hemos usado. Yo he utilizado medio vaso, porque luego hay que poner el doble de vinagre, como ya os he explicado en otras ocasiones que hemos preparado escabeches. Yo le he añadido unos clavos de olor porque me gusta mucho el aroma que le aportan a los mejillones en escabeche. También podríamos ponerle unos granos de pimienta pero no he querido recargar el escabeche para disfrutar del sabor de estos estupendos mejillones.

Cocinamos a fuego medio por espacio de unos 3 o 4 minutos, le añadimos el vinagre y reservamos.

Limpiamos los mejillones y los vamos a cocer al vapor, para ello ponemos los mejillones en una olla con agua que cubra hasta aproximadamente la mitad del volumen de los mejillones y dejamos a fuego suave y tapados hasta que se abran todos.

Eliminamos las cascaras y ponemos los mejillones cocidos en el escabeche removiendo bien para que se impregnen perfectamente. Tapamos con papel film y dejamos un día entero en el refrigerador antes de consumir. Tendremos un aperitivo estupendo para acompañar con una cerveza bien fría.

Mojo picón



Ingredientes:

- 1 diente de ajo
- 1 cucharada de pimentón
- 1 cucharada de comino en grano
- 2 guindillas
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 4 cucharadas de vinagre
- 1/2 vaso de agua
- Miga de pan

Recetas de cocina RECETASonline 2009

Para preparar esta *receta de mojo picón* lo primero que vamos a hacer es poner la mica de pan en el agua y reservar. En el mortero ponemos el ajo, las guindillas, el comino y el pimentón y machacamos hasta obtener una masa homogénea. A continuación agregamos la miga de pan y removemos para que quede integrado.

Añadimos lo líquidos y removemos hasta que se mezcle todo bien y dejamos reposar mínimo unas dos horas para que ligen los sabores correctamente.

Esta [receta de cocina](#) es ideal para acompañar la típicas papas arrugás pero es igualmente válida para aderezar platos de pollo o conejo y queda realmente bueno.

RECETASonline

Papas arrugás con mojo picón



Ingredientes:

- *Patatas medianas*
- *Agua*
- *Sal*

Para preparar unas deliciosas *papas arrugás* yo he usado patatas pequeñas y agua de mar, y nada más.

La elaboración de esta *receta de cocina* es realmente sencilla. Lo primero que vamos a hacer es lavar bien las patatas ya que se pueden comer perfectamente con piel y todo.

En un cazo ponemos las patatas y añadimos el agua hasta la mitad de la altura de las patatas.

Dejamos cocinar a fuego suave durante unos 15 minutos, o hasta que las pinchemos y estén bien tiernas, y las tenemos listas para servir.

RECETASonline

Paella mixta con costillas



Ingredientes:

- 250 gr costillas de cerdo
- 400 gr de tomate natural triturado
- 1 litro de fumet de pescado y un vaso más
- 2 vasos de arroz
- 1 pimiento verde
- 100 gr de chirlas
- 1/2 sepia
- 8 langostinos

Recetas de cocina RECETASonline 2009

Lo primero que vamos a hacer para la elaboración de esta *receta de cocina* es poner las costillas a freír un poco de aceite y cuando estén doradas reservamos. En la paellera ponemos el tomate triturado, el pimiento verde pelado y picado y un vaso del [caldo de pescado](#) que habíamos preparado previamente y dejamos reducir hasta que tenga consistencia de tomate frito espeso.

Añadimos las chirlas y la sepia troceada y cocinamos hasta que se abran las chirlas y esté tierna la sepia. En este punto podemos incorporar de nuevo las costillas.

Ya tenemos preparada la base de la paella.

Lo que debemos hacer a continuación es añadir el litro restante de caldo y calentar. Cuando comience a hervir rectificamos el punto de sal, añadimos el arroz, ponemos los langostinos por encima y vamos a dejar a fuego suave 20 minutos, que es el tiempo que necesita para que se consuma el caldo.

Retiramos del fuego y dejamos que repose tapado por un trapo de cocina unos 10 a 15 minutos y ya tenemos nuestra paella lista para disfrutarla.

Boquerones adobados



Ingredientes:

- 1/2 kg de boquerones
- 2 dientes de ajo
- 1 cucharada de orégano
- 1 cucharadita pimentón
- 1 vaso de vinagre
- 2 vasos de agua

Para la elaboración de esta *receta de cocina* lo primero que tenemos que hacer es limpiar los **boquerones**, a veces esto os lo hacen en la pescadería, quitamos tripas y cabeza. Podemos dejar la cabeza si os gusta más como queda luego en la presentación, pero la verdad es que yo los boquerones los como enteros, con raspa y todo y por eso les suelo quitar la cabeza.

Reservamos los boquerones en un recipiente hondo para más tarde.

En un mortero machacamos el ajo y el orégano con un poco de sal para que no salte y en este punto ya notaréis un olor embriagador de la mezcla del ajo y el orégano.

Cuando tengamos todo triturado la añadimos el pimentón, el vinagre y el agua. Todo este preparado se lo ponemos a los boquerones por encima y dejamos en el refrigerador por espacio de dos horas reposando y dejando que el adobo haga su trabajo.

Pasado este tiempo escurrimos y pasamos por harina. Quedan muy bien si usamos harina para frituras que es una harina que se saca de grano duro y que tiene un tono más bien amarillento. En un sartén con abundante aceite y bien caliente, cocinamos hasta que estén perfectamente dorados. Sacamos a papel absorbente para que suelten el exceso de aceite y ponemos la sal por encima.

Verbena de frutas



Ingredientes:

- 1 kiwi
- 1 melocotón
- 1 manzana
- 1 chupito de licor

Para la elaboración de este **postre** lo único que hay que hacer es pelar la fruta y cortar. El kiwi lo vamos a cortar en rodajas mientras que el melocotón y la manzana lo podemos cortar en porciones irregulares o en dados, como más os guste.

Por último solamente hay que añadir un poco de licor por encima. Yo he usado licor sin alcohol porque había niños y queda como una especia de almíbar. Si os decidís por usar un licor de verdad, le da un toque muy especial al plato.

RECETASonline

Pollo a la marinera



Ingredientes:

- 1 pollo troceado
- 3 patatas grandes
- 1 vaso de vino blanco
- 1 cucharada de harina
- 1 vaso de caldo de pollo
- 4 dientes de ajo

Para la elaboración de esta *receta de cocina* lo primero que vamos a hacer es pelar las patatas y cortarlas en dados. Las ponemos en un sartén con el aceite caliente y dejamos a fuego lento hasta que estén doradas y a continuación reservamos.

Por otra parte salpimentamos el pollo y en una cacerola ponemos un chorro de aceite a calentar. Cuando el aceite coja temperatura añadimos el pollo y vamos removiendo hasta que esté bien dorado por todas partes. Pelamos y picamos el ajo y lo añadimos para que coja un poco de color junto con la harina, seguidamente agregamos el vino blanco y dejamos que reduzca un poco.

Ponemos el vaso de caldo y dejamos que se cocine todo por espacio de una media hora. Antes de servir le podemos incorporar las patatas fritas o servir aparte.

RECETASonline

Solomillo de cerdo con salsa de trufa y boletus



Ingredientes:

- *1 solomillo de cerdo*
- *1 trufa negra*
- *250 ml de crema de leche*
- *1/2 copa de oporto*
- *100 gr de boletus*

Para la elaboración de esta receta lo primero que vamos a hacer es salpimentar el solomillo y dejar reposar mientras preparamos el resto de la receta.

La trufa que he usado es una de las pequeñas que me ha costado unos 3€ solamente... Escurrimos y picamos lo más fino posible. En este punto puede también ser interesante dejar unos cuantos trozos un poco más grandes por darle algo de volumen a la salsa. Calentamos en un cazo la crema de leche y cuando empiece a hervir retiramos e incorporamos la trufa, dejamos cocinar un minuto más y le incorporamos el líquido de la trufa y el brandy. Rectificamos de sal y vamos a dejar reducir esta salsa a la mitad aproximadamente y a fuego lento y removiendo de vez en cuando y ya tenemos preparada nuestra **salsa de trufa**.

Pasamos el solomillo por harina y en una sartén con un poco de aceite cocinamos a fuego medio-fuerte hasta que esté bien dorado por todas partes. Al usar harina nos dará un tono dorado muy bonito bastante rápidamente, con lo que cuidado en este punto.

En la misma sartén salteamos los boletus hasta que queden un poco crujientes por el exterior.

Para emplatar, trinchamos el solomillo y ponemos dos porciones de unos dos dedos por comensal. De este solomillo salieron tres raciones bastante generosas.

En el plato ponemos un poco de la **salsa de trufa**, el solomillo encima y acompañamos de los boletus. Adicionalmente le he puesto un poco de crujiente de puerro para darle un poco más de volumen al plato.

Paella



Ingredientes:

- 500 gr de pollo
- 4 puñados de arroz
- 500 gr de tomates era
- 1 pimiento
- 2 dientes de ajo
- Perejil
- 100 gr anillas calamar
- 200 gr de chirlas
- 200 gr de gambas
- arroceras
- 1 litro fumet de pescado
- Cúrcuma

Para la elaboración del [fumet de pescado](#) ya os lo he dejado en un vídeo anterior. Lo único que hay que tener presente es prepararlo con anterioridad para que no se nos junte el trabajo. Luego vamos a [pelar los tomates](#), yo siempre hago esto porque hay gente que le repite la piel del tomate.

Luego en la paella ponemos un chorro de aceite y cuando esté caliente añadimos los trozos de pollo. Una vez que el pollo comienza a estar dorado le añadimos el tomate picado y el pimiento y dejamos hasta que está perfectamente rehogado.

En un mortero ponemos el ajo, el perejil y un poquito de sal para que no nos salte y machacamos hasta obtener una consistencia como de una masa.

Le añadimos a la paella y le añadimos las anillas de calamar y las chirlas y dejamos hasta que se nos abran las chirlas. Le ponemos una cucharada de cúrcuma o colorante alimentario y el arroz. Seguidamente le añadimos el fumet de pescado. La proporción de líquido y arroz es el doble de caldo que de arroz.

Le añadimos las gambas y dejamos cocinar unos quince minutos y retiramos del fuego , tapamos y dejamos reposar otros diez.

Ya tenemos una paella riquísima para disfrutar en familia.

Panecillos



Ingredientes:

- 500 gr de harina de fuerza
- 300 gr de agua templada
- 20 gr de levadura fresca
- 10 gr de sal
- 5 gr de azúcar

Lo primero que tenemos que hacer es disolver la levadura, que tiene que ser fresca prensada de panadería, en el agua templada. Ojo con la temperatura del agua porque si está muy caliente matará la levadura y no nos servirá para nada. El agua templada es la temperatura en la que al meter la mano en el agua no notamos que esté fría ni caliente.

A continuación le añadimos la harina, el azúcar y la sal. Amasamos bien hasta obtener una masa homogénea. Si disponemos de una amasadora eléctrica siempre nos va a quedar mejor, ya sabéis que yo siempre lo recomiendo.

Dejamos reposar hasta que doble el volumen, aproximadamente serán unos 30 minutos, en un sitio sin calor directo y tapado con un paño para que no se reseque la capa exterior y nos haga costrón. Pasado este tiempo procedemos a amasar de nuevo para sacar el aire que haya tomado, hacemos unas bolas con las manos partiendo la masa y damos forma. La forma puede ser de bollito, barrita o trenza... o la forma que más os guste. Colocamos en una bandeja de horno con papel de hornear y dejamos reposar otros 30 minutos o hasta que doble el volumen de nuevo. Es mejor dejarlo dentro del horno en ese tiempo, pero apagado, ¿eh?

Ponemos el horno a 220 grados y lo vamos a dejar horneando unos 20 a 25 minutos con calor solo en la parte baja del horno. Los últimos 5 minutos ponemos la parte alta del horno para que tomen color. Los tiempos son un poco en función del tamaño que le hayáis dado a los bollos. Los *panecillos* de la foto estuvieron en total 30 minutos y estaban perfectamente horneados.

Si queréis que la corteza os quede realmente crujiente probar a pulverizar agua antes de meterlos en el horno y a poner un recipiente con agua dentro del horno...

Ya solamente nos queda dejar enfriar y los tenemos listos para degustar. Estos *panecillos* han durado sin ponerse duros unos dos días, que creo que no está nada mal...