

EL
Pequeño
LAROUSSE

EDICIÓN DE COLECCIONISTA



LA REFERENCIA DE LA COCINA



Sumario

A la hora del aperitivo	7
Entrantes sabrosos.....	69
Clásicos y atemporales	131
Platos para el día a día	219
¡Vivan las verduras!.....	307
Pasta, arroz y otros cereales	383
¡Venid a comer a casa!.....	437
Sabores del mundo.....	507
Taller de cocina.....	581
Índice de recetas por ingredientes	610
Índice de recetas por orden alfabético	619



A LA HORA

del aperitivo

Grisines caseros envueltos en jamón serrano	8	Pan para compartir, <i>scamorza</i> , salvia y <i>pancetta</i>	36
Salsas y acompañamiento	10	Focaccia con tomates cherry	38
Chips caseros	12	Surtido de crostini	40
Tostadas con caballa ahumada y rábanos rosas	14	Bocaditos de foie gras rebozados en pan de especias	42
Tostada de aguacate	16	<i>Paso a paso: buñuelos de gambas</i>	44
¡PARA UN APERITIVO SIEMPRE PERFECTO!	18	<i>Gougères</i> de almendras y parmesano	48
Minicakes de atún con tomates secos	20	Aros de cebolla	50
Cake de feta con calabacines y piñones	22	Samosas de atún	52
Cake salado de trucha ahumada y calabacín	24	LÁMINA APERITIVO MEXICANO	54
LÁMINA DE TAPEO	26	Minibrochetas de vieiras con chorizo	58
Tartaletas de hojaldre con queso de cabra y nueces	30	Vasitos de aguacate con dos tomates	60
Minitatins de tomates cherry	32	Pickles de verduras	62
TARTA SOL Y TARTA CORONA, ¡LAS REINAS DEL APERITIVO!	34	Gazpacho verde con cangrejos de río	64
		Gazpacho	66

GRISINES CASEROS

envueltos en jamón serrano



Para 24 grisines



Preparación: 15 min



Cocción: 20 min



Congelación: 20 min

INGREDIENTES

1 masa de hojaldre
 100 g de emmental rallado
 3 cucharadas de semillas de comino
 3 cucharadas de semillas de sésamo
 1 yema de huevo
 12 lonchas de jamón serrano

1 Desenrolle la masa de hojaldre sobre una superficie de trabajo. Córtaela en 12 tiras de 1 cm de ancho y luego parta estas tiras en dos. Enrolle las tiras de masa sobre sí mismas. Deberán medir unos 10 cm de largo.

2 Disponga las tiras de masa sobre una hoja de papel sulfurizado y espolvoree una tercera parte con semillas de comino, otro tercio con semillas de sésamo y la última parte con el emmental rallado. Resérvelas en el congelador durante 20 minutos.

3 Precaliente el horno a 200 °C. Disponga las tiras de masa en una bandeja de cocción y úntelas con yema de huevo batido. Hornee 20 minutos, hasta que los grisines estén dorados. Déjelos enfriar encima de una rejilla y luego sívalos a temperatura ambiente envueltos cada uno en media loncha de jamón serrano.



SALSAS

y acompañamiento

INGREDIENTES

PARA EL ALIOLI

Para 25 cl aprox.

Preparación: 15 min

4 dientes de ajo
1 yema de huevo
25 cl de aceite
sal y pimienta

PARA LA TAPENADE

Para 300 g aprox.

Preparación: 15 min

20 filetes de anchoas saladas
250 g de aceitunas negras
50 g de alcaparras
15 cl de aceite de oliva
el zumo de ½ limón

PARA EL GUACAMOLE

Para 450 g aprox.

Preparación: 15 min

Refrigeración: 1 h

1 cebolla
½ ramillete de cilantro
1 tomate
4 aguacates
el zumo de 1 lima
½ cucharadita de Tabasco®
sal y pimienta

ALIOLI

1 En un bol, maje el ajo pelado con una pizca de sal. Añada la yema de huevo y remueva durante 2 minutos. Deje reposar 5 minutos.

2 Vierta el aceite en un hilillo, removiendo siempre en el mismo sentido. Sazone con sal y, si lo desea, con pimienta.

TRUCO

Si durante la preparación el alioli se corta, empiece de nuevo con otra yema de huevo, y añada muy despacio el alioli cortado.

TAPENADE

1 Desale los filetes de anchoas bajo un chorrito de agua fría. Deshuese las aceitunas, córtelas en cuatro y tritúrelas junto con las anchoas y las alcaparras.

2 Añada el aceite de oliva y el zumo de limón y remueva sin parar, como si preparase una mayonesa.

GUACAMOLE

1 Pele el tomate (véase la p. 588), quítele las semillas y córtelo en dados.

2 Corte los aguacates por la mitad, retire el hueso, saque la carne y tritúrela junto con el zumo de limón. Añada la cebolla, el cilantro picado y el Tabasco®, y salpimiente.

3 En un bol, mezcle los dados de tomate con el puré de aguacate. Reserve el guacamole en el frigorífico 1 hora antes de servirlo.



CONejo

con ciruelas



Para 4-6 personas



Preparación: 30 min



Cocción: 1 h



Remojo: 2 h

INGREDIENTES

1 bol grande de té bastante fuerte
 350 g de ciruelas deshidratadas
 1 conejo de 1,5 kg aprox.
 con su hígado
 2 chalotas
 20 g de mantequilla
 2 cucharadas de aceite
 1 ramita de tomillo
 20 cl de vino blanco
 1 cucharada de vinagre
 sal y pimienta

- 1 Prepare el té y ponga las ciruelas en remojo durante 2 horas.
- 2 Corte el conejo en trozos o pida al carnicero que se lo trocee. Salpimiente. Pele y pique las chalotas.
- 3 Ponga a calentar la mantequilla y el aceite en una olla y saltee las porciones de conejo a fuego bastante vivo; dórelas por todos los lados. Añada las chalotas, el tomillo y el vino. Cubra y deje cocer a fuego lento 30 minutos.
- 4 Mientras, quite el hueso a las ciruelas.
- 5 Pase el hígado del conejo por la batidora junto con el vinagre, e incorpórelo a la olla con las ciruelas deshuesadas. Deje cocer otros 20 minutos. Sirva muy caliente en la olla, y deguste con pasta fresca o con trigo.

CONSEJO

Para ganar tiempo, compre porciones de conejo (muslos, lomos...), en lugar del conejo entero.



VARIANTES

Sustituya el vino blanco por cerveza o sidra y añada un puñado de uvas pasas junto con las ciruelas.

ALGUNOS SECRETOS DE LOS COCINEROS

¡y trucos de pro!

PELAR

un tomate

Empiece por quitar el pedúnculo de los tomates y luego efectúe una incisión en cruz en el otro lado.

A continuación, sumérjalos en agua hirviendo durante 20 segundos y páselos por agua fría para detener la cocción. Ahora podrá pelarlos fácilmente.



PELAR

un pimiento

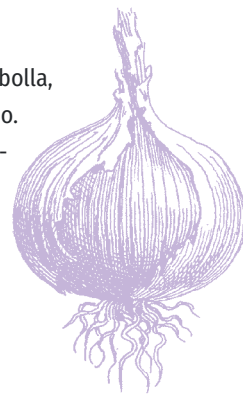
Para pelar un pimiento sin dificultad, áselo en el horno 10 minutos a 220 °C, hasta que la piel se oscurezca. A continuación, métalo en una bolsa para congelar y espere a que se forme vapor. Entonces, sáquelo de la bolsa y pélelo. La piel saldrá fácilmente.



CORTAR

cebollas sin llorar

Para evitar llorar cuando se pela una cebolla, basta con utilizar un cuchillo muy afilado. Cuanto más afilado esté, menos se aplastará la cebolla, y menos jugo lacrimógeno soltará.



UNA MARINADA

para dar sabor a la carne

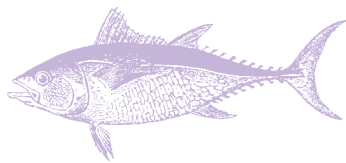
La marinada es perfecta para aromatizar una carne y hacerla más tierna. Una mezcla de aceite de oliva, un ingrediente ácido (zumo de limón, vinagre, vino o salsa de soja) y plantas aromáticas de su gusto (hierbas o especias) permitirá aromatizar el elemento central del plato. La carne se puede marinar entre 30 minutos y 2 horas, en un lugar fresco. Asimismo, no dude en poner a marinar verduras del mismo modo.



¿LOMO, RODAJA

o filete de pescado?

El filete y el lomo son dos cortes de un lado y otro de la espina principal del pescado. Se habla de filete en un pescado plano, y de lomo, en uno de grueso, ya que la porción claramente tiene más grosor. En cuanto a la rodaja, es un corte grueso de un pescado grande, que contiene un trocito de la espina dorsal.



ELEGIR

la pasta adecuada para una tarta

La pasta brisa combina con muchos platos: quiches, tartas saladas, tartas de frutas amarillas, *flamiches*. Por su parte, la pasta sablée solo tolera el frío: frutos rojos crudos, crema de limón o de chocolate... En cuanto a la pasta de hojaldre, es la más idónea para empanadas, hojaldres para aperitivo o carnes en costra.

¿HORNO DE CONVECCIÓN

o calor tradicional?

El calor por convección es práctico cuando se tiene prisa, ya que acelera la cocción al repartir el calor de forma homogénea, a la vez que conserva los productos tiernos. Pero no es adecuado para todas las preparaciones. Para las galletas tostadas, pizzas bien hechas o bollos y pasteles que crecen, no es el ideal. En cambio, para aves, platos multicapa (lasaña, por ejemplo) y productos de pastelería fundentes, resulta perfecto.

CONSERVAR

la lechuga

Una lechuga fresca no se conserva eternamente: lo ideal es comerla en las 48 horas siguientes a su compra. Procure elegir una lechuga firme, cuyas hojas no estén marchitas. De vuelta a casa, lave las hojas, escúrralas metódicamente y luego coloque una hoja de papel absorbente en el fondo de la caja de la lechuga, apile las hojas de lechuga y cierre herméticamente antes de guardarla en el frigorífico.

QUITAR LAS ESPINAS

de un pescado

Provéase de unas pinzas de depilar, busque las espinas (bajo las estrías blancas de la carne) y tire de ellas con suavidad, hacia la cabeza. Al quitarlas, sumérlas en un bol con agua para que se despeguen fácilmente de las pinzas.

ELEGIR

el aceite de fritura adecuado

Sobre todo, no utilice aceite de oliva, extra o no: la temperatura a la que empieza a desprender humo y a desnaturalizarse, a volverse tóxico y dar mal sabor es demasiado baja para que se pueda freír alimentos en él. Para las cocciones a alta temperatura, elija el aceite de colza, el de cacahuete o el de girasol. Podrá reutilizar el aceite de fritura mientras no se oscurezca, no se vuelva viscoso, no forme espuma y no desprenda humo al calentarse. Si su aceite ha pasado el

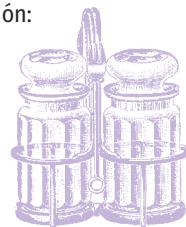


test, cuélelo después de utilizarlo (una vez se haya enfriado) con un filtro para café, por ejemplo, y consérvelo en una botella hermética, en un lugar fresco.

RECUPERAR

una salsa demasiado salada

Lo más sencillo es alargar la salsa: añada una buena dosis del ingrediente básico de la salsa y caliéntelo. Otro truco: ponga un terrón de azúcar en una cuchara y sumérlalo en la salsa para que absorba el exceso de sal. Pero atención: no hay que dejar caer el azúcar en la cacerola ni dejar que se derrita. Retírelo rápidamente.



BACALAO POCHADO

con nata



Para 4-6 personas



Preparación: 10 min



Cocción: 40 min

INGREDIENTES

800 g de filetes de bacalao
 2 cebollas
 30 g de mantequilla
 20 cl de vino blanco
 20 cl de nata
 sal y pimienta

- 1 Coloque los filetes de bacalao sobre papel absorbente y salpimiente.
- 2 Pele y pique las cebollas. En una olla, derrita la mantequilla, agregue las cebollas y deje cocer entre 10 y 15 minutos, removiendo de vez en cuando. Cuando las cebollas se hayan fundido, añada los filetes de pescado y fríalos a fuego vivo. Retírelos de la sartén utilizando una espumadera y dispóngalos en una bandeja.
- 3 Vierta el vino blanco en la olla y déjelo reducir una tercera parte aproximadamente. Añada la nata, mezcle bien y deje cocer a fuego vivo 5 minutos para que se reduzca.
- 4 Devuelva los filetes de pescado a la olla y deje cocer otros 5 minutos. Deguste con trigo o con un puré de patatas o, incluso, con unos champiñones salteados.



¡VIVA MÉXICO!

Tacos, burritos, quesadillas... Fáciles de preparar y sabrosas, las especialidades de la *street-food* mexicana son siempre una delicia y ocasión de un viaje culinario picante.

Diviértase con los ingredientes, juegue con los sabores y no dude en añadir su propio toque, variando las recetas con las salsas y los *toppings* que prefiera! Con más o menos especias, en versión veggie, tortitas de trigo o de maíz, ya listas o para montar en el plato... Son recetas extremadamente adaptables, ideales para compartir.



QUESADILLAS de aguacate y mozzarella

Para 4 personas

Preparación: 10 min

Cocción: 10 min

INGREDIENTES

2 aguacates • el zumo de 1 lima • ½ ramillete de cilantro
200 g de mozzarella en daditos • 4 tortillas de trigo integral
1 yogur griego (opcional) • sal

- 1 Mezcle los aguacates cortados en dados, el zumo de la lima, las hojas de cilantro y una pizca de sal.
- 2 Reparta la mozzarella sobre la mitad de cada tortilla y dóblela en dos. Calientelas a fuego lento de dos en dos en una sartén seca, hasta que el queso se haya fundido.
- 3 Reparta los aguacates y la mozzarella restante entre las quesadillas y luego córtelas en cuatro. Sirva enseguida, si lo desea con el yogur griego como dip.

TACOS

de pollo desmechado

Para 4 personas

Preparación: 10 min

Cocción: 15 min

INGREDIENTES

8 contramuslos de pollo
10 cl de vinagre de sidra
8 cucharadas de salsa barbacoa
1 cucharadita de cacao (opcional) • 8 tacos duros
1 cogollo cortado fino • 2 zanahorias ralladas

1 En una bandeja para hornear, mezcle el pollo, el vinagre, la salsa barbacoa, 20 cl de agua y, si lo desea, el cacao. Cubra con papel de aluminio y hornee 2 horas a 150 °C.

2 Desmeche la carne de pollo. Ponga a reducir el jugo de la cocción en una cacerola, hasta que quede en unos $\frac{3}{4}$. Rellene los tacos con la ensalada, añada el pollo desmechado, el jugo reducido y zanahoria rallada.



BURRITOS

vegetarianos

Para 4 personas

Preparación: 15 min

Cocción: 40 min

INGREDIENTES

250 g de arroz largo blanco • aceite suave
1 cucharadita de mezcla de especias mexicana
30 cl de coulis de tomate cocido (véase la p. 588)
4 tortillas grandes de trigo integral o con semillas
1 bote grande de alubias pintas o negras, enjuagadas y escurridas • guacamole

1 Precaliente el horno a 180 °C. En una cacerola de fondo grueso, saltee el arroz 3 minutos con un hilillo de aceite y las especias. Añada 15 cl de agua, el coulis de tomate y sal. Lleve a ebullición. Continúe la cocción 20 minutos a fuego muy lento y con la cacerola tapada, hasta que el líquido se haya evaporado.

2 Hornee 15 minutos las tortillas superpuestas y envueltas en papel de aluminio.

3 Reparta el arroz sobre la mitad de cada tortilla, luego añada las alubias y el guacamole. Doble los extremos hacia el centro, enrolle apretando bien y corte en diagonal.

COLOMBO

de cerdo



Para 6 personas



Preparación: 20 min



Cocción: 55 min



Marinada: 30 min

INGREDIENTES

1,2 kg de cabeza de lomo de cerdo
 2 cebollas nuevas
 1 mango verde
 3 berenjenas
 3 patatas
 3 cucharadas de aceite suave
 3 cucharadas de polvo de colombo
 el zumo de 1 limón
 sal y pimienta

PARA LA MARINADA

2 dientes de ajo
 1 guindilla pequeña
 3 cucharadas de vinagre
 sal y pimienta

- 1 Prepare la marinada. Maje los dientes de ajo y corte la guindilla en láminas finas. Mezcle el ajo y la guindilla en un plato hondo con el vinagre, sal y pimienta.
- 2 Corte la carne en dados grandes. Incorpórela a la marinada; moje bien las porciones. Deje marinar 30 minutos.
- 3 Mientras, pele las cebollas y píquelas bien finas. Corte la carne de mango en trozos. Pele las berenjenas y las patatas, lávelas y córtelas en cubos.
- 4 En una olla, ponga a calentar el aceite a fuego medio. Escurra la carne, agréguela a la olla junto con el mango y la cebolla picada. Deje que todo se dore a fuego lento 5 minutos, removiendo.
- 5 Diluya el polvo de colombo en un poco de agua y viértalo en la olla. Añada las berenjenas y las patatas. Salpimiente y remueva. Vierta el agua justa para cubrir los ingredientes y lleve a ebullición. Luego baje el fuego, tape la olla y deje cocer 50 minutos.
- 6 Unos 5 minutos antes del final de la cocción, añada el zumo de limón. Pruebe y rectifique el punto de sal y, seguidamente, vierta el colombo en la bandeja para servir. Sirva bien caliente.



DAHL DE LENTEJAS

coral



Para 4 personas



Preparación: 15 min



Cocción: 35 min

INGREDIENTES

1 cebolla
 1 cucharada de aceite de girasol
 2 cucharadas de curry en polvo
 350 g de lentejas coral
 20 cl de leche de coco
 ½ ramillete de cilantro fresco
 1 cucharada de yogur (opcional)
 sal y pimienta

- 1 Pique la cebolla y sofríala en el aceite. Añada el curry en polvo y remueva durante 1 minuto. Añada las lentejas.
- 2 Vierta la mitad de la leche de coco, así como dos veces y media el volumen de agua de las lentejas. Salpimiente.
- 3 Deje cocer a fuego lento 25 minutos, removiendo de vez en cuando. Añada un poco de agua durante la cocción si las lentejas absorben mucha. Al final de la cocción, agregue la leche de coco restante y remueva.
- 4 Sirva el *dahl* espolvoreado con cilantro recién cortado y decorado con una cucharada de yogur, si lo desea.

