

**VI JORNADAS
GASTRONÓMICAS DE LA**

CAZUELA Y LOS GUIOSOS


CORDONA 2014
Fiesta Europea de Cultura

libro de recetas



HOSTECOR



PRESENTACIÓN

La Asociación de Empresarios de Hostelería de Córdoba viene realizando una apuesta decidida por la promoción y el desarrollo de la gastronomía cordobesa, bajo los principios de la calidad en la presentación, en el servicio y en las materias primas que la deben caracterizar.

En esa línea de actuación se decidió realizar anualmente siete citas gastronómicas, en forma de jornadas gastronómicas específicas: la de la "gastronomía del ibérico del Valle de los Pedroches", "gastronomía de la cerveza", "gastronomía del ajo", "gastronomía Ecológica", "gastronomía de la caza", "gastronomía de las setas y los hongos" y además de la que hoy presentamos referida a la "cazuela y los guisos".

La participación de cada vez más restauradores en estas jornadas nos anima a ahondar en el camino iniciado y así surge esta compilación de recetas, las mismas que durante la jornada gastronómica se podrán degustar en los distintos establecimientos de Córdoba y provincia, que explicadas en cuanto a sus ingredientes y elaboración, esperamos sean de utilidad en sus cocinas y les ayuden a recordarnos en sus futuras visitas a Córdoba.

Antonio Palacios Granero
Presidente de Hostecor

INDICE DE ESTABLECIMIENTOS

Casa Palacio Restaurante Bandolero	6
Cervecería Los Chopos	8
Hotel Restaurante Los Patios	11
Hotel Restaurante Monasterio de San Francisco	13
La Cazuela de la Espartería	16
Mesón Restaurante Casa Matías	20
Restaurante Alcazaba De Las Torres	20
Parador La Arruzafa	23
Restaurante Bodegas Campos	27
Restaurante Cuevas Romanas	31
Restaurante El Barril	35
Restaurante El Buey	37
Restaurante El Choto	40
Restaurante El Churrasco	42
Restaurante El Mirador	45
Restaurante El Pepito	48
Restaurante El Rancho Grande	51
Restaurante Hacienda Minerva	54
Restaurante Hermanos Santos	58
Restaurante La Gamba de Oro	60
Restaurante La Montanera	64
Restaurante Puerta Sevilla	66

Sociedad de Plateros M ^a Auxiliadora	70
Taberna La Galga	74
Taberna Los Palcos	77
Taberna Salinas	80
Tresculturas Restaurante	84

Alubias con Manitas de Cerdo

ELABORACIÓN:

El día anterior poner las alubías en agua. Hervir las alubias durante 30 minutos. Freír el resto de ingredientes juntos y añadir las alubias, dejar cocer hasta su punto.

INGREDIENTES: (4 personas)

500 grs. de alubías
2 manitas de cerdo
100 grs. de chorizo
100 grs. de panceta
100 grs. de costillas de cerdo
100 grs. de carrillada de cerdo
80 grs. de morcilla
1 cabeza de ajo
Laurel
1 cucharada de pimentón dulce
1 patata

Arroz con Liebre

ELABORACIÓN:

Hervir la liebre con el laurel durante 1 hora y media. Sacar la liebre, cortarla a trozos y guardar el caldo. Freír la liebre con la cebolla, el ajo, setas, pimentón y colorante, se añade el arroz y se sofríe. Añadir el caldo y hervir durante 20 minutos.

INGREDIENTES: (4 personas)

500 grs. de liebre
1 cebolla picada
1 ajo picado
Tomillo
Romero
100 grs. de setas
200 grs. de arroz Bomba
Sal
1 cucharada de pimentón dulce
Colorante

CASA PALACIO

RESTAURANTE BANDOLERO



Callos de Ternera con Garbanzos

ELABORACIÓN:

Hervir los callos con los garbanzos hasta su punto. Preparar el sofrito de cebolla y ajo, añadir el pimentón dulce, el vino y añadir los callos y los garbanzos. Hervir 10 minutos y dejar reposar 1 día.

INGREDIENTES: (4 personas)

1 Kg. de callos de ternera
300 grs. de garbanzos
3 cebollas picadas
1 cabeza de ajo
Laurel
Guindillas
2 cucharadas de pimentón dulce
1 vaso de vino blanco
Aceite

Guiso de Choco

ELABORACIÓN:

Se trocea el choco. Freír con la cebolla y el ajo, añadir el pimentón, el colorante, el laurel, el vino y el caldo de pescado. Hervir durante 15 minutos, a continuación añadir las patatas. Dejar cocer durante 20 minutos.

INGREDIENTES: (4 personas)

500 grs. de choco
1 cebolla picada
4 ajos picados
500 grs. de patatas
1 cucharada de pimentón dulce
Laurel
Aceite
Sal y pimienta
Colorante
1 vaso de vino blanco
2 l. de caldo de pescado



CERVECERÍA LOS CHOPOS

Papas al pelletón

ELABORACIÓN:

Troceamos las patatas en rodajas finas, y los pimientos y las cebollas en juliana. Los colocamos en una bandeja por capas, patatas, cebollas y pimientos añadiéndole sal al gusto entre ellas, lo regamos con un buen chorreón de aceite (somos generosos) y lo introducimos en el horno a baja temperatura para que se pochén las verduras.

Cuando estén pochadas, freímos los huevos y cuando estén fritos los cascamos y hacemos un revoltillo con las verduras y servimos.

Las presentamos con el jamón cortado en taquitos por encima cubriéndolo todo.

INGREDIENTES: (4 personas)

1 kg. de patatas.
½ kg. de cebollas
¼ kg. de pimientos verdes
de freír
5 huevos
Sal
Aceite de oliva
Jamón ibérico

CERVECERÍA LOS CHOPOS



Menudillo al Vino de Montilla

ELABORACIÓN:

Limpiamos el menudillo y los riñones y los troceamos en porciones pequeñas, (es muy importante limpiar muy bien los riñones para que suelten toda la sangre y el orín).

Echamos en una sartén un buen chorreón de aceite y cuando esté caliente le ponemos los ajos, sin dejar freír del todo porque si se queman nos darán un sabor amargo. Les ponemos el menudillo y los riñones para hacerlos un poco. A continuación les ponemos la sal y las especias al gustos y lo mareamos, cuando vaya cambiando de color les ponemos el vino y lo dejamos cocer hasta que el vino reduzca bastante.

INGREDIENTES: (4 personas)

- 1 kg. de menudillo de pollo
- 1 kg. de riñones de cordero
(se pueden cambiar por ½ de cerdo)
- 1 l. de vino fino de montilla
- 1 cabeza de ajos
- Laurel
- Comino
- Pimienta negra en polvo
- Romero
- Aceite de oliva virgen



CERVECERÍA LOS CHOPOS

Habichuelas Blancas con Almejas

ELABORACIÓN:

Tenemos desde el día anterior las habichuelas echadas en agua.

Las ponemos a calentar hasta que empiece a hervir, momento en que le pondremos el sofrito que hemos estado haciendo aparte.

Tendremos en el fuego durante dos o tres horas el guiso y cuando vayan quedando tiernas las habes, le añadiremos las almejas para que se abran y suelten su sabor. Una vez tiernas las retiraremos y estarán listas para comer. Buen provecho.

INGREDIENTES: (4 personas)

½ kg. de habichuelas
2 Tomates grandes
½ kg. de almejas de carril u otro tipo de almejas
1 cebolla grande
1 Pimientos verdes
½ pimiento rojo
Pimentón dulce
Sal
Vinagre
Aceite

Habas al Estilo de Ani-Tere

ELABORACIÓN:

Pochamos la cebolla junto con los ajos, cuando tengan un color dorado les agregamos las habas y rehogamos bien, mas tarde hecharemos el jamón que ademas se encargara de salar los vegetales.

Servimos en una cazuela con un huevo frito roto y con unos picatostes.

INGREDIENTES: (4 personas)

½ kg. de habas frescas (podemos sustituir por habas en lata que ya tienen aceite)
1 cebolla
2 ó 3 ajos
Jamón ibérico curado
Huevo
Sal
Aceite

Zarzuela de Pescado

ELABORACIÓN:

Se limpia el pescado, y en un perol se fríe el ajo picado. Se le echa el pescado, y se flambea. Se añade la harina y el tomate, se rehoga. Se añade el caldo de pescado, la nata, el azafrán (colorante) y sal al gusto. Cuando este hecha la zarzuela, le echamos perejil y se sirve en cazuela de barro.

INGREDIENTES: (4 personas)

100 grs. de mero
100 grs. de rosada
100 grs. de calamar
100 grs. de pez
100 grs. de gambas
2 Cabezas de ajo
50 grs. de harina
¼ de vino blanco
¼ de nata licuada
50 grs. de tomate
Caldo de pescado
Perejil
Aceite de oliva

Carne con Tomate

ELABORACIÓN:

Primero se hace la salsa de tomate con aceite de oliva, tomate triturado, pimiento verde, la sal y el azúcar. Cuando la salsa está hecha, se añade la carne a trocitos, se marea y a continuación se añade el vino blanco. Se cubre de agua hasta que se reduzca y quede tierna. Finalmente se sirve en cazuela de barro.

INGREDIENTES: (4 personas)

400 grs. de ternera
150 grs. de cebolla
50 grs. de pimiento verde
1 vaso de vino blanco
1 vaso de aceite de oliva
Una pizca de sal
Una pizca de azucar

Cordero a la Caldereta

ELABORACIÓN:

En una cacerola se pica una cebolla a la Juliana y se pochea. Le añadimos el cordero y todos los demás ingredientes (habiendo sido machacados previamente en un mortero), rehogándolos durante 30 minutos.

Se sirve en cazuela de barro.

INGREDIENTES: (4 personas)

2 piernas (aprox. 900 grs.)
2 cebollas
1 cabeza de ajo
4 hojas de laurel
1 cucharada de comino
1 cucharada de orégano
1 cucharada de pimentón dulce
1 vaso de aceite de oliva
1 vaso de vino blanco
1 vaso de vinagre
3 vasos de agua
Sal al gusto
Azafrán

Bacalao a la Vizcaína

ELABORACIÓN:

Se pica la cebolla y los pimientos de ñora con las pipas quitadas. Se echa en un perol con 8 rebanadas de pan. Cuando esté todo bien frito, se tritura en la turmi, se trocea el bacalao y se hornea durante 30 minutos con la salsa que está hecha.

Se sirve en cazuela de barro.

INGREDIENTES: (4 personas)

600 grs. de bacalao al punto de sal
2 kgs. de cebolla
8 pimientos de ñora
1 cabeza de ajo
2 vasos de vino
2 vasos de aceite de oliva
8 rebanadas de pan
Sal al gusto

HOTEL Y RESTAURANTE MONASTERIO DE SAN FRANCISCO



Lentejas del Monasterio

ELABORACIÓN:

Se ponen a cocer las lentejas en agua hirviendo durante media hora y aparte se hacen estofar con el aceite y el vino blanco, las cebolletas y la zanahoria cortadas a cuadraditos y un ramito de hierbas aromáticas.

Una vez estofadas y sazonadas, se juntan con las lentejas procurando que sigan cociendo suavemente. Se sirven muy calientes.

INGREDIENTES: (4 personas)

500 grs. de lentejas
150 grs. de aceite
150 grs. de vino blanco
3 Cebolletas tiernas
3 Zanahorias
Hierbas aromáticas
Sal

Habas en Cazuela con Hierbabuena

ELABORACIÓN:

Se fríen los ajos muy dorados con los aliños mencionados.

Se pone una cazuela con las habas y el aceite correspondiente a cocer, hasta que estén completamente tiernos junto con un buen ramillete de hierbabuena al final.

Se le añade el pan rallado diluido en agua hasta que quede la salsa un poco trabada.

Se sirven en cazuelitas muy calientes.

INGREDIENTES: (4 personas)

1 Kg. de habas pelada
5 Dientes de ajo
Pimentón dulce
3 cucharadas de pan rallado
1 Guindilla
1 Rama de hierbabuena
200 grs. de aceite



HOTEL Y RESTAURANTE MONASTERIO DE SAN FRANCISCO

Cazuela de Arroz a la Malagueña

ELABORACIÓN:

Se pone en una sartén el aceite y cuando esté caliente se le echa la cebolla picada y los pimientos cortados en tiras.

Cuando ambas cosas estén tiernas, se echan en una cazuela de barro y en el mismo aceite se fríe el tomate con la cucharada de pimentón y se echa también en la cazuela.

En una cacerola se ponen a cocer las almejas y al romper a hervir se apartan, se les quita media cáscara y se guarda la que contienen las almejas. Se cuela el caldo y se reserva.

Aparte se cuecen los langostinos y al romper a hervir se retiran y se dejan enfriar. Se cuela el caldo, uniéndolo al de las almejas.

Se cortan las puntas de los espárragos, que deberán ser tiernas, y se desgranar los guisantes.

En la cazuela donde está el refrito se echan los guisantes y los espárragos, el rape cortado en trozos y los langostinos previamente descascados. Se añade el caldo de cocerlos y se deja cocer tapado el conjunto hasta que estén tiernos los guisantes y espárragos.

Se maja en el mortero el ajo, azafrán y una rama de perejil, se deslíá con un poco de agua y se

INGREDIENTES: (4 personas)

40 grs. de arroz
100 grs. de aceite
1 manojo de espárragos
trigueros
1 Diente de ajo
½ Kg. de langostinos
100 grs. de tomate
100 grs. de cebolla
1 l. de agua
Sal
Pimienta
¼ Kg. de guisantes
Una cucharada de pimentón
dulce
1 rama de perejil
½ Kg. de rape
2 Pimientos verdes
1 carterilla de azafrán

HOTEL Y RESTAURANTE MONASTERIO DE SAN FRANCISCO



vierte en la cazuela. Si el caldo de ésta se ha consumido, se añade un litro de agua hirviendo, se rectifica de sal y cuando rompa a hervir de nuevo se echa el arroz y se deja llegar a un hervor muy grande.

Cuando se ha consumido todo el caldo se tapa, se deja en un lado para reposar cinco o seis minutos y después en la misma cazuela se sirve.

Cazuela de Berenjenas Gratinadas

ELABORACIÓN:

Se cortan en rodajas las berenjenas, se sazonan y se fríen enharinadas. Cuando estén fritas las escurrimos con papel secante.

Seguidamente las ponemos en cazuelas individuales, poniendo abajo la salsa de tomate, después las berenjenas al final, ponemos una pizca de orégano, el queso en lonchas y un chorreón de nata líquida.

A continuación se mete al horno durante 15 o 20 minutos a 200 grados.

Se sirven muy calientes.

INGREDIENTES: (4 personas)

- 2 Berenjenas grandes
- 8 Cucharadas de salsa de tomate
- 8 Lonchas de queso para fundir
- 200 grs. de harina
- 8 Cucharadas de nata líquida
- Aceite para freír
- Orégano
- Sal



LA CAZUELA DE LA ESPARTERÍA

Papas con Choco

ELABORACIÓN:

Cortamos el choco a dados y lo salteamos en una olla con una pizca de sal y una vuelta de pimienta.

Cuando esté marcado lo retiramos. Posteriormente comenzamos con el sofrito de cebollita, pimiento rojo, pimiento verde, una hojita de laurel y una cabeza de ajos cortada por la mitad. Cuando esté bien pochaito le añadiremos las patatas que previamente han sido casqueadas. Las pocharemos con el sofrito y añadiremos caldo de pescado (a ser posible de bacalao) una pizca de azafrán en hebra y un poco de pimentón tostado .

Pasado unos 20 ó 30 minutos probamos de sal y dejamos que la patata enternezca.

Una vez finalizado está preparado para servir.

INGREDIENTES:

Choco
Cebolla
Pimiento rojo
Pimiento verde
Laurel
Ajos
Patatas
Caldo de pescado
Azafrán en hebra
Pimentón
Pimienta
Sal

LA CAZUELA DE LA ESPARTERÍA



Habichuelas con Manitas de Cerdo

ELABORACIÓN:

Se preparan las habichuelas blancas en una olla con agua y un hueso de jamón ibérico y se dejan reposar durante una hora.

Para el sofrito: En una olla se echa aceite de oliva extra virgen, 2 dientes de ajo, pimiento rojo, pimiento verde y una guindilla y se sofríe, a continuación se le añade un vasito de vino Montilla Moriles y dos vasitos de agua.

Para las manitas de cerdo: Se sofríe cebollita abundante junto con laurel, hinojo y comino molido.

Preparación:

Se trocean seis patatas y se le añade una pizca de pimentón de la vega de Córdoba junto con una cucharada de nuez moscada y pimienta negra molida.

Se pone a hervir a fuego muy lento durante 20 minutos y 10 minutos más a fuego más fuerte una vez hayan sido añadidas las manitas y se aparta.

INGREDIENTES:

Habichuelas blancas
Hueso de jamón ibérico
Manitas de cerdo
Aceite de oliva virgen
2 Dientes de ajo
Pimiento rojo
Pimiento verde
1 Guindilla
1 Vaso de vino Montilla
Moriles
Agua
Cebolla
Laurel
Comino molido
Hinojo
6 Patatas
Pimentón
Nuez moscada
Pimienta negra molida



LA CAZUELA DE LA ESPARTERÍA

Potaje de Bacalao

ELABORACIÓN:

Se ponen los garbanzos en agua junto con un hueso de canilla durante 12 horas.

Para el sofrito: Se añade en una olla aceite de oliva extra virgen y a continuación una cabeza de ajo, pimiento rojo, calabaza, tomate escalfado, un manojo de apio troceado, una copa de vino de Montilla Moriles, sal, pimienta en grano y laurel.

Se desala el bacalao durante 4 horas cambiándole el agua continuamente para que quede perfecto.

A fuego lento se ponen los garbanzos y se le añade el sofrito, se deja aproximadamente durante una hora que coja cuerpo. Cuando esté en su punto se desgrasa y se le añade el bacalao. Una vez se haya introducido el bacalao se continua a fuego lento durante 1 hora mas.

INGREDIENTES:

Bacalao
Garbanzos
Hueso de canilla
Aceite de oliva virgen extra
1 Cabeza de ajos
Pimiento rojo
Calabaza
Tomate escalfado
Apio
1 Copa de vino Montilla
Moriles
Pimienta en grano
Laurel
Sal

LA CAZUELA DE LA ESPARTERÍA



Habichuelas con Perdiz

ELABORACIÓN:

Para las habichuelas: Se añaden las habichuelas pintas a una olla con agua junto con dos cebollitas troceadas, dos hojas de laurel, pimienta negra en grano, unas hojas de albahaca y sal. Se dejan hervir durante dos horas.

Para las perdices: En una olla se añade aceite, las perdices y abundante cebollita en juliana, una cuchara de azafrán en hebra, un vaso de vino Montilla Moriles, una cabeza de ajo pelada y una pizca de sal.

Dejamos hervir una hora y se apartan las perdices.

Se tamiza la salsa de las perdices y se añade a las habichuelas una vez estén tiernas. Se desmenuzan las perdices y se añaden a las habichuelas.

INGREDIENTES:

Habichuelas pintas
Perdices
2 Cebollas
2 hojas de laurel
Pimienta negra en grano
Albahaca
Azafrán en hebra
1 Vaso de vino Montilla
Moriles
1 Cabeza de ajos
Sal



MESÓN RESTAURANTE CASA MATÍAS RESTAURANTE ALCAZABA DE LAS TORRES

Guiso de Arroz con Patatas y Bacalao

ELABORACIÓN:

Desalar y trocear el bacalao.

Picar la zanahoria, la cebolleta, el pimiento, el puerro, el tomate lo sofreimos en aceite.

Seguidamente ponemos la patata troceada, removemos, incorporamos el azafran. Removemos el arroz unos minutos y ponemos el caldo; rectificamos de sal.

Dejarlo hasta que el arroz este al dente. Ponemos los trozos de bacalao y dejamos reposar 5 minutos.

INGREDIENTES: (4 personas)

½ Kg. bacalao
300 grs. arroz
½ Kg. de patatas
1 Zanahoria
1 Cebolleta
1 Pimiento rojo
1 Puerro
1 Tomate
Azafran
½ l. caldo o agua
Sal
Aceite

Papas con Mejillones

ELABORACIÓN:

Picamos la cebolla, el pimiento rojo y verde, sofreimos con un poco de aceite. Una vez sofrido añadimos el pimentón, azafran e incorporamos el tomate rallado y las patatas troceadas. Moverlo durante 5 minutos. Agregar el caldo, cocer durante 20 minutos.

Poner los mejillones y las gambas peladas, dejar al fuego 2 minutos mas.

INGREDIENTES: (4 personas)

1 Kg. de patatas
1 Pimiento rojo
1 Pimiento verde
1 Tomate
1 Kg. de mejillones
300 grs. de gambas
2 Cebolletas
Pimenton
Azafran
Sal y Aceite
½ l. Caldo de pescado

MESÓN RESTAURANTE CASA MATÍAS RESTAURANTE ALCAZABA DE LAS TORRES



Cazuela de Cardos con Sepia

ELABORACIÓN:

Limpiar, trocear y cocer los cardos dejándolos al dente.

Hacer un sofrito con la cebolla, el puerro y un diente de ajo; incorporamos la miga de pan con azafrán y doramos.

Retiramos todo el sofrito y trituramos junto con el vino.

En el mismo aceite pone los cardos, saltearlo y agregamos el majado del sofrito y el cardo.

Dejarlo cocer durante 10 minutos en una sartén, saltear la sepia troceada con un diente de ajo picado.

Incorporarlos a los cardos y retirar de fuego.

INGREDIENTES: (4 personas)

1 Kg. de cardos blancos

½ Kg. de sepia

1 Cebolleta

1 Puerro

2 Dientes de ajo

½ Vaso de vino Montilla

½ l. de caldo

Azafrán

Sal

Aceite

Perejil



MESÓN RESTAURANTE CASA MATÍAS RESTAURANTE ALCAZABA DE LAS TORRES

Fusión de Garbanzos con Calabaza a los Aromas de Hierbabuena e Hinojo

ELABORACIÓN:

Hacemos un sofrito de las cebolletas, puerro, ajos tiernos y cuando este pochado añadimos un poco de caldo y trituramos. Una vez triturado añadimos los garbanzos previamente después de haberlos tenido metidos en agua, y añadimos hierbabuena fresca e hinojo y dejamos cocer.

Por otro lado cocemos la calabaza contada en trozo gruesos en agua y sal ; sacamos una vez cocida y salteamos ligeramente a fuego fuerte con un poco de mantequilla, reservamos.

Se pondrán un poco de garbanzos con su caldo y unos trocitos de calabaza.

INGREDIENTES: (4 personas)

½ Kg. de garbanzos
1 Calabaza pequeña
2 Cebolletas
1 Puerro
1 Ramo de ajos tiernos
1 l. Caldo de ave o agua
Hierbabuena fresca
Hinojo fresco

Perdiz de la Serranía Estofada

ELABORACIÓN:

Limpiar y desangrar bien las perdices sumergiéndolas en agua fría un par de horas. Las atamos con hilo de bramante para que no se deformen las patas y las alas, esta acción se denomina bridar.

Cortar la cebolla en juliana, las zanahorias en rodajas y los ajos cortados por la mitad.

Poner en una cacerola todos los ingredientes en crudo y cocer las perdices tapadas a fuego lento.

Comprobar si están a punto de cocción apretando ligeramente los muslos.

Si optamos por añadirle vinagre, poner unas gotas en el momento de terminar su elaboración.

Se puede optar por pasar los ingredientes por un pasapurés o servirlo tal como se han cocido.

Guarnecer con patatas y calabacines avellana.

INGREDIENTES: (4 personas)

- 4 perdices
- 2 dls. de aceite
- 1 ½ kgs. de cebolla
- 2 Zanahorias
- 1 Cabeza de ajos
- 1 l. de vino blanco seco
- 2 Hojas de laurel
- 8 grs. de pimienta negra
- Vinagre (opcional)
- Sal

Gallo de Carnaval en Pepitoria

ELABORACIÓN:

Se trocean los gallos y se frien, se reservan en la olla donde luego se va a cocer, en el mismo aceite se sofríen cebolla, ajos, laurel y tacos de jamón.

Rehogamos todo junto y mojamos con vino blanco a continuación añadimos agua hasta cubrir bien los trozos de gallo.

Dejamos cocer hasta que la carne esté blanda y en ese momento agregamos un majado de ajos, almendras, perejil, pan frito, azafrán y un chorrito de vinagre.

Después se disuelven yemas cocidas de huevo en el caldo y las claras se trocean y se echan de acompañamiento.

También se puede aplicar este guiso a pavo, pollo, perdiz, etc..

INGREDIENTES:

Gallos
Cebolla
Ajos
Laurel
Tacos de Jamón
Aceite
Vino Blanco
Almendras
Perejil
Pan frito
Azafrán
Vinagre
Huevos
Caldo

Potaje de Garbanzos con Bacalao y Espinacas

ELABORACIÓN:

Se ponen a cocer los garbanzos, que previamente se habrán calado en agua la noche anterior, con el laurel, la cebolla, los pimientos y los granos de pimienta. Cuando están cocidos se hace un sofrito en aceite con cebolla, ajo y perejil. Se echa un poco de harina y pimentón, a este sofrito le añadimos las acelgas, que se habrán cocido de antemano y lo incorporamos a los garbanzos; por último echamos el bacalao desalado y en trozos y un majado de ajos, cominos y azafrán. Se rectifica de sal. Se puede acompañar el potaje con bolitas de relleno que se elaboran con miga de pan crudo rallado, trozos de bacalao cocido, ajo, perejil y huevo batido. Se mezcla todo bien y con la ayuda de una cuchara se hacen bolitas o pequeñas croquetas, se fríen y se incorporan al potaje para que se cuezan.

INGREDIENTES: (6 personas)

400 grs. de garbanzos
200 grs. de bacalao
1 kg. de espinacas
2 Hojas de laurel
4 grs. de pimienta negra
1 Cebolla
2 Pimientos secos
Ajos
Perejil
Cominos
Pimentón
Azafrán
Sal
Aceite de oliva

Alubias Blancas Estofadas con Oreja y Chorizo de Cerdo

ELABORACIÓN:

Ponemos a remojar las alubias la noche anterior. Las ponemos en una cazuela y las cubrimos de agua fría, les añadimos la oreja de cerdo bien chamuscada y limpia, los dos chorizos, una rama de perejil, un diente de ajo partido, un chorro de aceite crudo y sal.

Lo ponemos al fuego y lo dejamos cocer despacio. De vez en cuando se les añade un vaso de agua fría para dejar más finas las alubias. Se sirven calientes en una fuente.

INGREDIENTES:

¾ Kg. de alubias
1 Oreja de cerdo
2 Chorizos
Perejil
1 Diente de ajo
Aceite
Sal



Cabezal Ibérico del Valle de los Pedroches con Puré de Membrillo, Cebollitas y Salsa de Ajo

ELABORACIÓN:

Para el cabezal de ibérico: Limpiar un poco el cabezal del exceso de grasa y salpimentar. Envasar al vacío con los dientes de ajo (no añadir aceite). Cocer en un termo de cocción (baño maría) o en un horno de vapor a 70° durante 14 horas. Transcurrido este tiempo enfriar rápidamente.

Para el puré de membrillo: Mezclar en termomix el puré con el jugo de cerdo a 80°, turbinar y colar.

Para la salsa de ajo: En una soute dorar el ajo con el aceite, flambear y añadir el jugo de cerdo. Dejar reducir hasta obtener la textura deseada y poner a punto.

Cortar el cabezal en piezas rectangulares de unos 5 cm de largo por 3 cm de ancho. Dorar en la plancha sin nada de aceite. Darles la vuelta procurando que queden doradas y crujientes por sus cuatro caras.

Colocar dos piezas de cabezal en el plato.

Acompañar de una quenel de puré de membrillo y las cebollitas glaseadas. Depositar una cucharada de salsa de ajo trazando un cordón circular alrededor del plato. Decorar con el ramillete de tomillo fresco.

INGREDIENTES: (4 personas)

Para el cabezal de ibérico:

1 cabezal ibérico

Sal

Pimienta

2 dientes de ajo pelado

Para el puré de membrillo:

1 terrina de puré de membrillo

50 cls. de jugo de cerdo

Para la salsa de ajo:

2 dientes de ajo laminado

100 cls. de jugo de cerdo

10 dls. de coñac

1 dl. aceite de oliva

Otros:

4 und cebollitas glaseadas

1 ramillete de tomillo fresco

Sal



Guiso de Alcachofas Confitadas con Boletus

ELABORACIÓN:

Para las alcachofas: Trocear las alcachofas con mucho cuidado de no comerse el corazón y respetando las hojas tiernas e ir sumergiendo en el aceite con el manojo de perejil bien atado con hilo de bridar. Una vez elaboradas las alcachofas poner sal y confitar suavemente. Se deben retirar del fuego cuando aun estén un poco enteras ya que con el calor del aceite acaban de cocer. Reservar.

Para el jugo de cerdo: Dorar la costilla y los huesos del cerdo en el horno. Aparte en una olla dorar la cebolla en juliana hasta que tenga un color muy dorado. Añadir los huesos y costilla dorados a la marmita de la cebolla con un hueso de jamón. Añadir el fino y dejar reducir. Añadir el agua y dejar cocer durante 1H aproximadamente. Colar, reducir un poco más si fuera necesario y reservar.

Para el tocino salado: Sacar la piel y cocer envasado al vacío durante 5h a 85°. Enfriar, cortar a dados y reservar.

Para los boletus: Pelar las patas y escaldar durante 20-30 seg. Poner a escurrir en una bandeja agujereada unos 10 minutos, poner a punto de sal. Confitar con el aceite los boletus durante 5 minutos, escurrir y reservar.

INGREDIENTES:

300 grs. de alcachofas naturales
50 grs. de tocino salado
50 grs. de boletus confitados
75 mls. de jugo de cerdo
Sal
Aceite de oliva

RESTAURANTE BODEGAS CAMPOS



Montaje:

Poner en un cazo el jugo con el tocino a dados, añadir los boletus y las alcachofas y dejar hervir por espacio de 5 minutos, rectificar de sal y servir en un plato sopero.

Rabo de Toro Estofado

ELABORACIÓN:

Limpiar, lavar y trocear las verduras. En una cacerola adecuada, añadir el aceite y las verduras junto con el laurel, rehogar hasta que las verduras estén tostadas pero no quemadas por que si no nos amargaría. Introducir el rabo de toro previamente cortado a la cacerola y salpimentar. Rehogar todo hasta que nos haya cogido algo de color. Mojar con el vino tinto y reducir a la mitad. Añadir el jugo de carne y dejar hervir a fuego moderado hasta que este tierno (3h aproximadamente). Sacar el rabo una vez tierno, colar la salsa y reducir está si fuera necesario.

INGREDIENTES: (4 personas)

2 kgs. de rabo de toro
2 ajos pelado
500 grs. de cebolla juliana
500 grs. de puerro cortado
75 cls. de brandy brigadier
150 cls. de tinto común
2 ls. de jugo de carne
75 cls. de aceite
Sal
Pimienta en grano
2 hojas de laurel



RESTAURANTE BODEGAS CAMPOS

Carrillada Ibérica del Valle de los Pedroches con Puré de Coliflor

ELABORACIÓN:

Para la carrillada ibérica: Limpiar las carrilladas y salpimentar. Limpiar y cortar las verduras en pequeños dados. En una cazuela con aceite pochar las verduras hasta que estén bastantes doradas, agregar las carrilladas y dorar bien. Incorporar los vinos y dejar hervir durante 5 minutos, cubrir con el jugo de cerdo y cocer hasta que estén tiernas las carrilladas. Colar el jugo de la cocción y reducir.

Para el puré de coliflor: Mezclar la coliflor con la mantequilla y la nata en la termomix. Turbinar a 80° hasta obtener una crema muy fina y suave. En el último momento emulsionar con el aceite de oliva.

Montaje: Disponer en el plato tres piezas de carrillada. Hacer un cordón con el puré de coliflor alrededor de estas. Salsear cubriendo por completo la carne.

Acabar con unos granos de coliflor encurtida y decorar con el cebollino picado.

INGREDIENTES: (4 personas)

Para la carrillada ibérica:

300 grs de carrillada ibérica
2 puerros
1 zanahoria
2 cebollas
Sal
Pimienta
Hoja de laurel
50 cls. de vino tinto
50 cls. de vino blanco
2 dientes de ajo
Jugo de cerdo

Para el puré de coliflor:

300 grs. de coliflor cocida
50 grs. de mantequilla
100 dls. de nata líquida
100 dls. de aceite 04°

Otros:

6 grs. de coliflor encurtida
cebollino fresco

Lentejas con Chorizo y Morcilla

ELABORACIÓN:

Ponemos todos los ingredientes, menos las patatas, las zanahorias y la morcilla a hervir hasta que la verdura esté tierna, una vez así la apartamos y trituramos. Una vez triturada la ponemos de nuevo en la olla e incorporamos las lentejas, las patatas, las zanahorias y la morcilla, dejamos hervir hasta que los ingredientes incorporados estén en su punto de cocción.

INGREDIENTES:

500 grs. de lentejas
1 Pimiento rojo
2 Pimientos verdes
2 Dientes de ajo
1 Cebolla
2 Patatas
2 Zanahorias
Azafrán en hebra
Sal
Aceite de oliva
Laurel
Chorizo
Morcilla

Fideos con Rape y Langostinos

ELABORACIÓN:

Echamos el aceite en una cacerola y doramos el rape, una vez dorado incorporamos la verdura finamente picada, junto al laurel y la cayena y le bajamos el fuego hasta que esté pochada la verdura, una vez así lo regamos con el vino blanco y dejamos que éste evapore, una vez que haya evaporado, le echamos el fumet de pescado y dejamos hervir incorporándole los fideos y los langostinos hasta que estos estén en su punto.

INGREDIENTES:

500 grs. de fideos gordos
1 Pimiento rojo
1 Cebolla
1 Ajo
Laurel
1 Puerro
1 Cayena
10 Langostinos
700 grs. de rape
Sal
Aceite de oliva
20 cls. de vino
500 cls. de fumet

Habichuelas con Perdiz

ELABORACIÓN:

Cogemos por un lado las habichuelas, los ajos, una hoja de laurel, los clavos, un chorreón de aceite de oliva, el azafrán y lo ponemos a hervir en los 700 cls. de agua hasta estén tiernas. Por otro lado doramos las perdices, y le incorporamos la pimienta, el laurel y la cebolla cortada a juliana, rehogamos y lo regamos con Montilla, dejamos que evapore y le incorporamos el agua y dejamos hervir hasta que estén tiernas. Una vez las dos cosas preparadas las juntamos en una misma olla y terminamos de cocer.

INGREDIENTES:

1 Kg. de habichuelas
1 Cabeza de ajos
2 Hojas de laurel
Aceite de oliva
3 Clavos
10 grs. de pimienta
700 cls. de agua
Sal
2 Perdices
2 Cebollas
500 cls. de agua
Azafrán en hebra
30 cls. de Montilla

Estofado de Patatas con Costillas de Cerdo Ibérico Ahumadas

ELABORACIÓN:

Cogemos las costillas y las doramos, después incorporamos la verdura junto al laurel y sofreímos, añadimos el vino y dejamos evaporar. Una vez evaporado el vino incorporamos las patatas, y las zanahorias, rehogamos y echamos el agua dejando hervir hasta que estas estén tiernas.

INGREDIENTES:

1 Cebolla
2 Dientes de ajo
1 Pimiento rojo
1 Puerro
2 Pimientos verdes
1 Hoja de laurel
1 Kg. de patatas
2 Zanahorias
400 grs. de costillas
Sal
Aceite de oliva
20 cls. de vino blanco
500 cls. de agua



RESTAURANTE EL BARRIL

Estofado de Ternera

ELABORACIÓN:

Se hace un sofrito con la cebolla y se le añade el fondo de ternera y las patatas cortadas a tacos. Cuando están a media cocción se le añade la carne y se sazona.

INGREDIENTES:

- 1 Cebolla
- 2 l. de fondo de ternera
- 500 grs. de patata
- 500 grs. de ternera a tacos

Rabo de Toro

ELABORACIÓN:

Poner los rabos en agua con ½ vaso de vinagre durante aproximadamente 12 horas. Luego ponerlo todo en crudo, en olla a presión cubierto con agua, durante 01:15 horas.

INGREDIENTES:

- 2 kgs. de rabos
- 2 Zanahorias troceadas
- 1 Cebolla
- 5 Dientes de ajo
- 2 Cucharadas soperas de pimentón dulce
- 1 Vaso de vino blanco
- 1 Vaso de vino tinto
- 4 Cucharadas soperas de aceite de oliva
- 3 Hojas de laurel
- ½ Cucharada de pimienta en grano
- ½ Cucharada de pimienta molida
- 2 Cucharadas de sal



Fideos con Marisco

ELABORACIÓN:

Se saltea la cebolla y el ajo y cuando está dorado el sofrito se le añade las gambas, el pez, los calamares y los mejillones, y se saltean a fuego fuerte. Mas tarde se le añade el fumé de marisco hecho con los desperdicios de las gambas y se sazona. En el momento de servir, que se sirve en cazuela pequeña, se le añaden los fideos para que se cuezan al momento.

INGREDIENTES:

1 Cebolla
 4 Dientes de ajo
 80 grs. de gambas
 80 grs. de calamares
 80 grs. de pez a trozos
 80 grs. de mejillones
 300 grs. de fideos gordos
 2 l. de fumet de marisco

Potaje Barril

ELABORACIÓN:

Poner los garbanzos en agua la noche anterior. Luego poner todos los ingredientes en crudo sin trocear, con los garbanzos, a fuego lento, durante 02:00 horas, sacar los ingredientes y triturarlos.

INGREDIENTES:

1 kg. de garbanzos
 1 Tomate
 1 Cebolla
 1 Pimiento
 2 Zanahorias
 1 Cabeza de ajo
 2 Cucharadas de pimentón dulce
 3 Cucharadas de aceite de oliva
 1 Cucharada de sal
 ½ Chorizo
 ½ Morcilla
 250 grs. de panceta

RESTAURANTE EL BUEY



Bacalao Confitado con Guiso Meloso y Emulsión de Cítricos

ELABORACIÓN:

Se confita el bacalao en aceite de oliva, mientras aparte se va preparando el guiso meloso y la emulsión de frutos.

INGREDIENTES:

Para el guiso meloso:

500 grs. de tripas de bacalao
600 grs. de cebolla
100 grs. de tomate
Pulpa de cinco ñoras
½ l. de caldo de pescado

Para el bacalao confitado:

1 Lomo de bacalao
Aceite de oliva

Para la emulsión:

100 mls. de zumo de naranja
100 mls. zumo de limón
2 Yemas de huevo

Sobrehusa

ELABORACIÓN:

Se hace un sofrito con una cebolla, ajo y ajetes picados, añadir las habas verdes y rehogar, se le añade agua, se deja hervir hasta entenercer y se le añade un poco de culantro.

Una vez tiernas se le bate un huevo con un poco de vinagre y a esto se le añade caldo.

INGREDIENTES:

Habas verdes
Cebolla
Ajos
Ajetes
Culantro
Huevo
Vinagre



RESTAURANTE EL BUEY

Crema de Garbanzos. Croquetón de su Avío y Perlas de Tapioca

ELABORACIÓN:

Preparar un cocido a la manera tradicional, una vez preparado, con los garbanzos se hace una crema o puré procurando nos quede muy fina.

Con la pringá se prepara una masa de croquetas, la cual se hará con un fondo de cebolla, mantequilla y harina y el caldo del cocido.

Una vez fría la masa se lían formando unas croquetas un poco grandes, se empanan y se fríen.

Para presentar este plato se sirve la crema en un plato hondo, en el centro el croquetón y encima unas perlas de tapioca y un crujiente de jamón.

INGREDIENTES:

Garbanzos
Carne de cerdo
Carne de ternera
Tocino fresco
Tocino salado
Canilla
Hueso de jamón
Morcilla
Gallina
Zanahorias
Judías verdes
Patatas
Calabaza

RESTAURANTE EL BUEY



Albóndigas de Bacalao

ELABORACIÓN:

Picar el bacalao, después de cocido y mezclar con huevos, perejil y ajo picados, pan rallado, sal y pimienta, mezclar y hacer unas albóndigas del tamaño que se deseen, se empanan y se fríen en aceite.

En una cacerola se le echa un poco de harina, agua y azafrán, en cuanto empiece a hervir se le echan las albóndigas fritas, se dejan cocer unos minutos con unas hebras de azafrán, servir con un poco de perejil picado.

INGREDIENTES:

- Bacalao
- Huevos
- Pan rallado
- Ajos
- Perejil
- Sal
- Pimienta
- Aceite de oliva
- Harina
- Azafrán en hebra



RESTAURANTE EL CHOTO

Guiso de Ternera con Setas

ELABORACIÓN:

Fileteamos la carne, sazonomos y pasamos por harina. En una cazuela sofreímos la cebolla y el tomate, añadimos el vino blanco y $\frac{1}{2}$ litro de agua. Ponemos las setas, las zanahoria en daditos y la carne. Cocemos a fuego lento.

INGREDIENTES:

600 grs. de ternera
50 grs. de setas
1 Tomate maduro
2 Zanahorias
1 Cebolla
 $\frac{1}{2}$ l. de vino blanco de Montilla-Moriles
Pimienta negra
Sal
Harina

Judías Blancas con Perdiz

ELABORACIÓN:

Ponemos a cocer las judías, la cebolla, una cabeza de ajos y laurel. El resto de cebollas y ajos los troceamos y rehogamos con aceite de oliva en una marmita con un poco de laurel. Cuando esta dorado se añaden las perdices, el vino, el agua, el tomillo y la pimienta. Cocemos, a fuego lento. Cuando las perdices van estando tiernas ponemos las judías con su salsa y unas hebras de azafrán. Volvemos a cocer lentamente y terminamos.

INGREDIENTES:

500 grs. de judías blancas
2 Perdices
1 kg. de cebollas
1 l. vino Montilla-Moriles
3 Cabezas de ajo
Pimienta en grano
Tomillo
Azafrán hebra

Manitas de Cerdo Rellenas de Rabo de Toro

ELABORACIÓN:

Limpiamos y deshuesamos las manitas abriéndolas en dos mitades. Cocemos la mitad de las verduras con el hueso de jamón, el laurel y el vino y las manitas. El resto de las verduras cocemos con los rabos de toro. La cocción termina cuando comprobamos que la carne esta tierna. Enfriamos y deshuesamos. La salsa resultante la reducimos y pasamos por el chino. Preparamos el relleno de manitas y rabo y napamos con la salsa resultante. Podemos acompañar con una patata frita en aceite de oliva.

INGREDIENTES:

2 kgs. de manitas de cerdo
2 kgs. de rabo de toro
2 Cebollas
1 Cabeza ajos
4 Hojas laurel
1 Pimiento rojo
4 Tomates maduros
1 Hueso de jamón
Sal
Colorante
2 Vasos vino blanco

Cazuela de Habas con Puntillita y Bacalao

ELABORACIÓN:

Freímos la cebolla y las habas y rehogamos. Vamos añadiendo agua hasta comprobar que están tiernas y reservamos. Sofreímos el bacalao y las puntillitas y retocamos con vino blanco y el tomate frito. Reducimos e incorporamos las habas. Estamos listos para servir.

INGREDIENTES:

350 grs. de habas sin cascara
1 Cebolla
200 grs. de bacalao desmigado
100 grs. de puntillita blanca
1 Lata tomate frito
2 Vaso de vino de Montilla-Moriles



RESTAURANTE EL CHURRASCO

Marmitaco de Atún

ELABORACIÓN:

Rehogar toda la verdura. A continuación, añadir la patata troceada, el vino blanco y el fumet y dejar hervir.

Cuando la patata esté tierna, añadir el atún cortado en trozos gruesos de aproximadamente 1 cm. y dejar cocer unos 3-4 minutos.

Salpimentar y servir en cazuela bien caliente, adornando con perejil picado.

INGREDIENTES:

1 kg. de atún fresco
2 Pimiento choricero
1 kg. de patatas
1 Pimiento rojo
250 mls. de vino blanco
1 Pimiento verde
2 Dientes de ajo
3 Tomates rojos
1 l. de fumet de pescado
Sal
Pimienta

Cocido Cordobés

ELABORACIÓN:

Poner los garbanzos en remojo toda la noche.

En una marmita con agua metemos todos los ingredientes menos las patatas y lo dejamos hervir a fuego moderado durante 2 horas. Añadimos las patatas peladas y enteras y lo dejamos hervir durante 15 minutos más.

INGREDIENTES:

½ kg. de garbanzos
½ kg. de carne de ternera
300 grs. de tocino fresco de Panceta Ibérica
100 grs. de tocino añejo ibérico
3 Muslos de pollo de corral
3 Rabos de cerdo ibérico
1 Hueso de canilla pequeño
1 Hueso de jamón pequeño ibérico
300 grs. de patatas Monalisa

RESTAURANTE EL CHURRASCO



Carrillada de Cerdo Ibérico

ELABORACIÓN:

Limpiamos la carrillada de grasa y fibra, y la troceamos en filetitos. Troceamos la cebolla y los ajos en trozos grandes y con el resto haremos un ramillete. Una vez todo junto lo cubriremos de vino y le añadimos un chorreón de aceite, dejándolo en maceración 48 horas.

Ecurrir las verduras y sofreírlas, aparte sofreír también la carne. El caldo que nos ha quedado en la cazuela lo repartiremos por igual entre la carne y las verduras. Una vez sofritas las verduras las pasamos por un pasa-pure y se las añadiremos a la carne.

Una vez todo mezclado lo dejaremos hervir, añadiéndole agua en caso necesario, hasta que la carne este tierna.

Rectificar la sal.

INGREDIENTES:

Carrillada de cerdo
Aceite de Oliva Virgen
Sal
Laurel
Vino blanco
Ajos
Cebolla
Pimienta negra
Tomillo
Romero



RESTAURANTE EL CHURRASCO

Manitas de Cerdo

ELABORACIÓN:

Limpiar las manitas de pelos si los tuviesen y cortarlas en 2 mitades a lo largo.

Lavarlas bien un par de veces con agua caliente y sal.

Ponerlas en una marmita al fuego junto con las verduras limpias y enteras.

Añadir el laurel, la pimienta el azafrán, el hueso de jamón y el vino

Cubrir de agua y dejarlo hervir durante hora y media hasta que las manitas estén tiernas

Pasar las verduras en un pasapurés y volver añadirlo a las manitas dejándolo hervir todo 5 min. más.

INGREDIENTES:

- 2 kgs. de manitas de cerdo
- Pimienta negra
- 1 Cebolla
- 2 Hojas de laurel
- 1 Pimiento rojo
- 25 mls. de vino blanco
- 1 Cabeza de ajos
- 2 Tomates rojos
- Azafrán en hebras
- 200 grs. de hueso de jamón

RESTAURANTE EL MIRADOR



Estofado de Atún al Cava

ELABORACIÓN:

Se pone el atún en una cazuela, se le agrega la cebolla picada, el pimiento en trozos, los tomates sin piel cortados en trozos pequeños, un poquito de pimentón, el laurel, la guindilla, el pan machacado en el mortero con el ajo y el perejil, desleído todo, el majado con el caza; se sazona de sal y se riega con aceite de oliva; se tapa la cazuela y se cuece lentamente hasta que la salsa esté bien hecha. Unos cuarenta minutos aproximadamente, se sirve con la salsa.

INGREDIENTES:

1 kg. de atún
½ kg. de tomate
3 dientes de ajo
1 hoja de laurel
½ Vaso de cava
1 Cebolla grande
1 Pimiento verde
1 Rama de perejil
1 Rebanada de pan frita
1 Guindilla
Pimentón
Aceite de oliva virgen extra
Sal

Fabes con Conejo

ELABORACIÓN:

Se pone a cocer las fabes después de haberlas dejado en remojo durante la noche anterior. Trocear el conejo, adobar con ajo y sal. Dorar en aceite caliente. Freír la cebolla, medio pimiento rojo, dos zanahorias, añadir medio vaso de vino blanco. Cubrir el conejo con este refrito y guisar. Una vez guisado, se une a las fabes, se le da un hervor y se deja reposar durante una hora.

INGREDIENTES:

400 grs. de fabes
1 Cebolla
1 Pimiento rojo
2 Zanahorias
2 Dientes de ajo
1 Vino blanco
1 Hoja de perejil
Aceite de oliva
Azafrán en rama
Sal



RESTAURANTE EL MIRADOR

Cazuela de Rape al Mirador

ELABORACIÓN:

Se pone a cocer el rape en agua con sal, con un trozo de cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil. Una vez cocido, se le quita la piel y las espinas. En aceite bien caliente, se fríe una cucharada de cebolla picada muy menuda, se le añade una cucharada de harina, se rehoga poniendo el tomate y un poco de vino blanco.

Se rehoga el rape en un poco de aceite, después de partido y se fríe, se añade la salsa y se pone en una cazuela de barro metiéndolo en el horno durante quince minutos. Se sirve decorándolo con aceitunas negras y piñones.

INGREDIENTES:

1 ½ kg. de rape
1 Cebolla
1 Rama de perejil
½ kg. de tomate frito
1 Diente de ajo
1 Vaso de vino blanco
Harina
Aceite de oliva virgen extra
Sal

RESTAURANTE EL MIRADOR



Albóndigas de Merluza y Gambas

ELABORACIÓN:

Cocer la merluza, sacar piel y espinas y desmenuzarla. Reservar, picar la cebolla y pocharla que quede doradita, poner las gambitas y remover escurrirla bien de aceite y añadirla a la merluza reservada con el ajo, perejil, pimienta molida y sal. Remover y añadir el huevo y el pan rallado.

Formar las bolitas y pasarlas por harina, huevo y por último pan rallado.

Freírlas en abundante aceite.

Dejar que se doren y reservar.

Freír los ajos picaditos y añadir los langostinos. Añadir la maizena y remover. Añadir el vino y el caldo poco a poco hasta ligar la salsa. Añadir el resto del caldo de pescado poco a poco y seguir ligando la salsa.

Añadir las albóndigas. Dejar cocer unos 5 minutos e ir moviendo para juntar con la salsa.

INGREDIENTES:

Merluza desmigada
Ajo
Perejil
Gambas pequeñas
Caldo de pescado
Sal
Pimienta
Harina
Huevo rebozar
Vino blanco
Langostinos para la salsa
Maicena

Manitas de Cerdo Rellenas de Foie

ELABORACIÓN:

Se hierven las manitas con una cebolla y laurel hasta que estén tiernas, una vez estén se sacan y se dejan reposar unos 10 min para poder deshuesar, una vez deshuesadas, se rellenan con el Foie y se reservan.

Para la salsa, se echan las almendras en agua para pelarlas, mientras se sofríe la cebolla y el tomate. Añadimos las almendras al sofrito una vez peladas.

Se colocan las manitas y se napan con la salsa.

INGREDIENTES: (4 personas)

1 ½ kgs. de manitas de cerdo
200 grs. de cebolla
500 grs. de tomates rojos
100 grs. de almendras
crudas con piel
150 grs. de foie de oca

Potaje de Bacalao con Espinacas

ELABORACIÓN:

Poner los garbanzos en remojo la noche anterior. Picar todas las verduras Brouniese (muy picadito). Se hace un sofrito con toda la verdura.

Una vez tengamos el sofrito, se le echan los garbanzos, se rehogan y se le añade pimentón dulce y azafrán y se deja hervir durante una hora y media, añadiéndole en los últimos cinco minutos el bacalao y las espinacas.

INGREDIENTES: (4 personas)

300 grs. de garbanzos
230 grs. de bacalao
desalado
17 grs. de espinacas frescas
150 grs. de cebolla
25 grs. de ajos
100 grs. de pimiento verde
100 grs. de pimiento rojo

Lengua de Ternera al Estilo de Pedroches

ELABORACIÓN:

Se lía la lengua en film transparente y se cuece durante 45 min.

Se pone toda la verdura en una bandeja metálica y se mete en el horno durante 20 minutos a 180° C.

Una vez esté cocida la lengua se le quita el film y se pela.

Cuando la verdura ya esté asada se tritura y se pasa por un chino. Se trocea la lengua de forma cejada. Se fríe en una sartén la lengua troceada y la verdura colada durante 5 minutos a fuego medio.

INGREDIENTES:

750 grs. de lengua de ternera
325 grs. de cebolla
50 grs. de ajos
170 grs. de pimienta rojo
200 grs. de tomate
2 ramitas de perejil
80 grs. de pan
30 grs. de sal gorda
8 grs. de pimienta negra molida

Arroz con Liebre y Pajaritos

ELABORACIÓN:

Se hace un sofrito con toda la verdura picada. Una vez estén las verduras pochaditas se le añaden la liebre y los pajaritos y se sigue con el sofrito hasta que se doren.

Se le echa el arroz y seguidamente el pimentón, el colorante y agua hasta cubrirlo. Se deja hervir unos 15 minutos y se salpimenta.

Se deja reposar hasta que el grano esté en el punto deseado.

INGREDIENTES: (4 personas)

200 grs. de arroz bomba
180 grs. de liebre troceada
1 docena de pajaritos
150 grs. de cebolla
100 grs. de pimiento verde
100 grs. de pimiento rojo
150 grs. de tomate rojo
35 grs. de ajos
20 grs. de pimentón de la vera
25 grs. de sal
8 grs. de pimienta blanca molida
1 cucharada de colorante

RESTAURANTE EL RANCHO GRANDE



Potaje Cordobés

ELABORACIÓN:

Se introduce los garbanzos y judías en remojo con sal y bicarbonato la víspera. En una olla se ponen las legumbres escurridas y se añade toda la verdura en crudo troceada junto con el chorizo y la morcilla y todas las especies a fuego lento durante dos horas y media.

INGREDIENTES:

500 grs. de garbanzos.
500 grs. de judías blancas.
250 grs. de tomates maduros.
200 grs. de pimiento verde.
250 grs. de cebollas
3 Dientes de ajos.
5 Zanahorias.
500 grs. de patatas.
2 Tripas de chorizo
2 Tripas de morcillas.
Sal
Pimienta molida
Pimentón dulce
Azafrán
Aceite de oliva



RESTAURANTE EL RANCHO GRANDE

Cazuela de Carrillada Ibérica

ELABORACIÓN:

Se sofríe la carrillada para sellarla y se le va añadiendo la verdura para elaborar el sofrito. Se condimenta con sal, pimienta y pimentón. Se añade el vino blanco y se deja unos cinco minutos a fuego medio. Se añade el agua y se deja cocer durante una hora.

INGREDIENTES:

1 kg. de carrillada ibérica
250 grs. de cebollas
6 Zanahorias
3 Dientes de ajos
Aceite
Sal
Pimentón dulce
Pimienta molida
½ l. de vino blanco
Agua

Cazuela de Cardos Esparragados con Jamón "5J"

ELABORACIÓN:

Se sofríe el ajo, la cebolla y se la añade el pan una vez frito. Se condimenta con sal, pimentón, azafrán y pimienta negra molida. Una vez rehogado se añade el vino blanco y el agua se deja cinco o diez minutos. Se tritura y se vuelca a una cazuela junto con los cardos y se deja un par de minutos para que se mezclen los sabores.

INGREDIENTES:

500 grs. de cardos
200 grs. de jamón "5J"
300 grs. de cebollas
2 Dientes de ajos
250 cl. de vino blanco
250 grs. de pan frito
Sal
Pimienta negra molida
1 Cucharada de pimentón
1 Cucharadita de azafrán
Agua o caldo

RESTAURANTE EL RANCHO GRANDE



Cazuela de Espinacas con Jabuguitos

ELABORACIÓN:

Se cuecen las espinacas y se le escurre toda el agua. Se saltean con ajos y cebolla hasta que pierdan toda el agua. Se añade el resto de los ingredientes y se deja durante unos veinte minutos. A la hora de servir se ponen unos trocitos de jabuguitos braseados.

INGREDIENTES:

Espinacas
Jabuguitos
Ajos
Cebolla
Pimienta molida
Pimentón
Sal
Una pizca de comino
1 chorrito de vinagre
1 chorrito de vino blanco
Pan frito

Garbanzos con Albóndigas de Codorniz y Trigo

ELABORACIÓN:

Limpiamos las codornices, las abrimos por la mitad y reservamos las pechugas, salpimentamos y doramos en una cacerola con un poco de aceite y la cebolla picada. Agregamos agua y cuando rompa a hervir el conjunto ponemos los garbanzos junto con las verduras y las especias. Dejamos cocer hasta que las codornices y los garbanzos estén casi tiernos. Ponemos las albóndigas ya fritas. Más tarde ponemos el trigo y los hinojos, terminamos de cocer.

La carne de las pechugas de las codornices la picamos, mezclamos con la cebolla la carne de pollo, las especias, el ajo, el pan y los huevos. Hacemos las albóndigas y las freímos.

Adornamos el plato con una rama de hinojo fresco.

INGREDIENTES:

2 Codornices
200 grs. de cebolla
100 grs. de zanahorias
500 grs. de trigo precocido
3 Huevos
100 grs. de pechuga de pollo picada
200 grs. de garbanzos
50 grs. de miga de pan
Cominos
Semillas de cilantro
Semillas de hinojo
Azafrán en hebra
2 Hojas de laurel
2 dis. de Aceite
80 grs. de hinojo fresco
Pimienta
Sal

Alcachofas Rellenas de Perdiz

ELABORACIÓN:

Limpiamos las alcachofas dejando los corazones limpios y de buen aspecto. Los cocemos en un caldo formado por agua, zumo de limón, una cucharada sopera de harina y sal. Los reservamos en el mismo caldo.

Para el relleno doramos las perdices en una cacerola con un poco de aceite de oliva, ponemos sal y pimienta, la cebolla y el ajo picados, el laurel, el tomillo y las especias molidas dejamos cocer hasta que las perdices estén tiernas. Enfriamos y deshuesamos. Las picamos y volvemos a poner con la cebolla. Mezclamos, rectificamos de sal y le ponemos los huevos. Rellenamos las alcachofas.

En una cacerola sofreímos un poco de cebolla picada y ajo ponemos un poco de caldo de perdiz y terminamos de cocer.

INGREDIENTES:

16 Alcachofas
2 Perdices
½ de aceite de oliva
600 grs. de cebolla
4 dientes de ajo
1 Rama de tomillo
2 Hojas de laurel
Cominos
Cilantro
3 Huevos
Harina de trigo
Zumo de limón

Estofado de Jabalí y Setas

ELABORACIÓN:

Una vez limpio el jabalí y desangrado, la cortamos en trozos pequeños. En una cacerola con un poco de aceite los doramos junto a la cebolla y el ajo picados, ponemos el tomillo y unas hojas de laurel. Ponemos el caldo de caza, dejamos cocer hasta que la carne esté tierna. Agregamos las setas ya limpias y (troceadas si el tamaño lo permite) unos minutos más tarde ponemos las verduras ya cocidas, dejamos cocer algún tiempo más hasta que el guiso esté en su punto.

INGREDIENTES:

1 kg. de jabalí
200 grs. de cebolla
2 Dientes de ajo
Sal
Pimienta
200 grs. de setas de cardo
200 grs. de zanahoria
2 l. de fondo de caza
10 Rama de tomillo
2 Hojas de laurel
Pimentón de la vera
10 Rama de perejil
1 dl. de aceite de oliva

Guiso de Rape con Almejas y Andrajos

ELABORACIÓN:

Una vez limpio el rape, lo cortamos en trozos pequeños. En una cacerola con un poco de aceite, doramos la cebolla y el ajo picados, una vez esta está blanda ponemos: pimentón, el tomate, el azafrán y la hoja de laurel, dejamos cocer hasta que el tomate esté bien frito. En este momento, ponemos las almejas y el rape, dejamos que abran y cubrimos de agua. Esperamos que hierva hasta que el rape esté casi cocido; entonces agregamos unos minutos más tarde los andrajos, cocemos algunos minutos más hasta que la pasta esté en su punto. Una vez fuera del fuego ponemos un poco de perejil picado. Se puede poner patatas si se desea.

Para los andrajos hacemos una masa con harina de trigo, agua y un poco de sal; amasamos como si fuese masa de pan y dejamos reposar. Cogemos pequeñas porciones y las estiramos con el rodillo hasta hacer una especie de tiras muy finas, casi transparentes.

INGREDIENTES:

500 grs. de rape
300 grs. de almejas
100 grs. de cebolla
1 Tomate
2 Dientes de ajo
Sal
Pimienta
1 Hoja de laurel
Pimentón de la vera
1 Rama de perejil
300 grs. de harina
Azafrán en hebra
1 dls. de aceite de oliva



Cazuela de Espinacas

ELABORACIÓN:

Se saltean las espinacas con ajo, sal y aceite. Aparte se hace un majado con un ajo frito, una rebanada de pan frito, comino, una cucharadita de pimentón, unas gotas de vinagre y un poco de caldo blanco. Todo esto se diluye bien y se le añade a las espinacas. Se mantiene al fuego unos 5 minutos pasados los cuales se le ponen un huevo encima y se escalfa al horno hasta que cuaje.

INGREDIENTES:

Espinacas
Ajos
Aceite
Comino
Caldo blanco
Pimentón
Vinagre
Rebanada de pan frito
Sal
Huevo

Carrillada a la Cerveza

ELABORACIÓN:

Se limpia la carrillada, se salpimenta, se enharina un poco y se pasa por aceite. Aparte en una cazuela se hace un sofrito con ajo, cebolla, laurel, tomillo y pimienta en grano. Cuando todo esté dorado se le añade salsa de tomate y la carrillada, se rehoga todo y se le pone la cerveza. Lo dejamos unos 5 minutos y las cubrimos de agua. Se deja al fuego hasta que estén.

INGREDIENTES:

Carrillada ibérica
Aceite
Sal
Pimienta
Ajos
Cebollas
Laurel
Tomillo
Pimienta en grano
Cerveza

RESTAURANTE HERMANOS SANTOS



Rabo de Toro

ELABORACIÓN:

Se trocea el rabo y se pone en agua. En una cazuela ponemos ajo, cebolla, zanahorias laurel, tomate maduro, pimienta en grano y tomillo. Se sofríe todo y se le añaden los rabos. Ponemos un vaso de vino blanco y otro tinto, lo dejamos todo guisando un poco, se cubren de agua y se dejan hasta que estén tiernos.

INGREDIENTES:

Rabos de toro
Aceite
Sal
Ajos
Cebollas
Tomates
Zanahorias
Pimienta en grano
Vino blanco
Vino tinto

Potaje Cordobés

ELABORACIÓN:

Se ponen en remojo la noche anterior los garbanzos y las habichuelas. Los garbanzos se ponen a hervir en agua caliente y las habichuelas en fría, cuando comiencen a hervir se juntan. Se les pone ajos enteros con su piel, cebolla, pimiento, tomate, pimentón laurel y la sal. Al cabo de unas 2 horas se saca la verdura, se pasan por la batidora y se vuelven a echar al guiso. Se le añade patatas, chorizo y morcilla y se deja guisar durante aproximadamente otra hora.

INGREDIENTES:

Garbanzos
Habichuelas
Ajos
Aceite
Sal
Cebollas
Pimientos
Tomates
Laurel
Patatas
Chorizo
Morcilla

Caldereta de Cordero Lechal

ELABORACIÓN:

Se despieza y trocea la pierna y el resto de la carne. Se sofríe la carne y se reserva.

En una cazuela se vierte aceite de oliva y se añade ajo, cebolla, pimienta. Cuando este rehogado le añadimos la sal, pimienta, pimentón y por último el comino. En el momento que comience a reducir el vino le añadiremos el caldo y la zanahoria. Cuando todo esto este tierno le añadimos la hierbabuena. Para terminar, serviremos la caldereta en una cazuela con dados de patatas fritas.

INGREDIENTES:

Pierna de cordero
Pecho
Cuello
Ajo
Cebolla
Pimiento
Tomate
Zanahorias
Patatas
Vino Blanco
Aceite de oliva virgen
Sal
Pimienta
Pimentón
Comino
Hierba Buena

Cazuela de Venado con Níscalos

ELABORACIÓN:

Se comienza limpiando y troceando los níscalos. Reservar.

Se deshuesa y se limpia la pierna de venado. Maceramos la pierna 24 h. con el ajo, cebolla, pimiento, laurel, tomillo, romero y el vino tinto. Sacamos y secamos la carne troceándola a dados. A continuación se sofríe y se reserva.

En una olla, sofreímos ajo, cebolla, pimiento y tomate, pasándolo todo por la batidora.

En una cazuela colocamos la carne y añadimos el sofrito, salpimentamos y se le añade el vino. Cuando este se reduzca, añadimos caldo al pimentón y azafrán.

15 minutos antes de apartarlo se le añaden los níscalos.

Recomendamos servir este plato con una patatas fritas.

INGREDIENTES:

Pierna de venado
Ajo
Cebolla
Pimiento
Zanahoria
Tomate
Laurel
Tomillo
Romero
Vino tinto
Níscalos
Azafrán
Aceite de oliva virgen
Sal
Pimentia

Cazuela de Callos, Manitas y Garbanzos

ELABORACIÓN:

Se comienza limpiando y lavando los callos y las manitas. A continuación se cuecen y se trocean, dejando esto en reserva.

En una olla se prepara un sofrito con el ajo y la cebolla. En el momento que este pochado se le añade el tomate. Se comienza a rehogar los callos y se le añade caldo. Continuamos cocinando sal, pimienta y pimentón hasta que estén tiernos. Se le añade el chorizo y los garbanzos. Recomendamos el consumo de este plato 24 h. después de su elaboración para que se mezclen bien todos los sabores.

INGREDIENTES:

Callos
Manitas
Garbanzos
Chorizo
Ajo
Cebolla
Tomate
Pimiento dulce
Aceite de oliva virgen
Sal
Pimienta

Guiso de Rabo de Toro

ELABORACIÓN:

Limpiamos de grasa del rabo y cortamos por los nudos. Salpimentamos y sofreímos . Reservar
En una olla, colocamos el ajo, cebolla y la zanahoria. Se pocha y se añade el tomate. Cuando este en s punto, añadimos el rabo, el vino tinto, el tomate frito y el pimentón. Al ver que el vino se reduce, añadiremos un poco de agua. Este plato se debe de cocer durante unas 3 h. aproximadamente a fuego medio.
Recomendamos para este plato, servir con unos dados de patatas.

INGREDIENTES:

Rabo de toro
Ajo
Cebolla
Tomate
Zanahoria
Sal
Pimienta
Pimentón dulce
Vino tinto
Patatas
Tomate frito
Aceite de oliva virgen



RESTAURANTE EL MONTANERA

Cazuela de Garbanzos con Espinacas

ELABORACIÓN:

Hervir los garbanzos con la cebolla, el ajo y el laurel. Se sofríe la cebolla, el ajo y el pan, se le añade el pimentón, una pizca de comino y salpimentar, todo esto se tritura y se le añade a los garbanzos tierno.

INGREDIENTES:

Garbanzos
Espinacas
Ajo
Pimentón
Pan frito
Cebolla
Aceite de oliva

Cazuela de Carrillada Ibérica con Torta del Casar

ELABORACIÓN:

Se fríe la cebolla y el Ajo, se le agrega la carrillada y el p.x., y agua hasta cubrir, se deja cocer, después se le añaden las especias, las pasas y los piñones. Para servir gratinar en el horno un poco de Torta del Casar.

INGREDIENTES:

Carrillada
Pasas
Piñones
Cebolla
Ajos
Tomillo
Romero
Vino Pedro Ximénez
Torta del Casar

RESTAURANTE EL MONTANERA



Cazuela de Fideos Marinera

ELABORACIÓN:

Se realiza el sofrito con el tomate, cebolla, pimiento y el laurel. Se le agrega el pescado y marisco, y se flambea con brandy, se le agrega los fideos y se le añade el fomet de pescado.

INGREDIENTES:

Pescado
Marisco
Tomate
Ajo
Pimiento
Fideos
Sal
Pimienta
Aceite oliva
Fomet de pescado

Judiones de la Granja con Manitas y Jabuguito

ELABORACIÓN:

Se vierte en una cacerola todos los ingredientes en crudo, se cubre de agua y se pone a hervir.

INGREDIENTES:

Judiones
Jabuguitos
Manitas
Oreja
Tomate
Pimiento
Ajo
Cebollas
Laurel

Puchero Gallego

ELABORACIÓN:

Dejar en remojo las judías una noche. Por la mañana cocer las judías y la col juntas, con sal, en olla cerrada. Añadir el tocino y el chorizo, y quince minutos antes de terminar de hervir, los cachelos. Añadir el pimentón y probar. Como todos los potajes, estará mejor preparado de un día antes, y servido en barro.

INGREDIENTES:

½ kg. de judías blancas finas
300 grs. de col
200 grs. de tocino fresco
200 grs. de chorizo de
calidad
250 grs. de cachelos
Pimentón dulce
Sal

Gachas Manchegas

ELABORACIÓN:

Se cuece el hígado con el litro del agua, alcaravea y un clavo de olor, se saca y en caliente, se maja en el mortero, si hace falta, se añade un poco de agua para que quede hecho una pasta. Se guarda el agua de cocción. Retirar el clavo y la alcaravea.

En una sartén se frien los ajos, los chorizos y la papada. Retirar y reservar. En ese aceite se pasa cuando no esté muy caliente el pimentón e inmediatamente, se añade la harina hasta que se dore, sin para de mover. Añadir la pasta del hígado, el agua, y mover con una cuchara de madera hasta que no quede ningún grumo. Probar y sazonar. La harina debe quedar totalmente hecha. Añadir la papada, el chorizo y los ajos fritos y mover. Cuando esté acabado, y antes de que se enfríe, pasar a recipientes individuales de ración. Adornar con un poco de la fritada de papada y chorizo.

INGREDIENTES:

250 grs. de papada de cerdo
200 grs. de hígado de cerdo
4 chorizos
Pimienta
Pimentón dulce
1 diente de clavo
Alcaravea
4 cucharadas soperas llenas
de harina de almorta
4 dientes de ajo
Aceite de oliva
Sal
1 l. de agua

Repápalos

ELABORACIÓN:

Pelar los ajos. Picarlos muy menudito. Reservar. Picar el perejil fresco sin tallos y reservar. Desmigar a mano las rebanadas de pan. Cortar las cebollas en aros finos y reservar.

Freir en una cazuela de barro la cebolla, $\frac{3}{4}$ partes de los ajos y la mitad del perejil. Reservar.

Mezclar $\frac{1}{4}$ de los ajos picados con la mitad del perejil, el pan migado y los huevos recién batidos. Debe quedar una mezcla espesa, muy trabajada. Si hiciera falta, añadir más pan.

Con esta mezcla se hacen los repápalos, como albóndigas, y se fríen en buen aceite de oliva. Retirarlos del fuego e introducirlos directamente en la cazuela donde teníamos la cebolla, a fuego muy suave. Añadir el laurel y $\frac{1}{2}$ litro de caldo. Se deja cocer todo durante una media hora, con cuidado de que no se deshagan.

Servir con su salsa, que debe quedar espesa.

INGREDIENTES:

6 Huevos
1 Rebanada de pan de telera o cateto, por persona
4 Dientes de ajo
1 Cebolla de buen tamaño
Perejil fresco
Aceite de oliva
 $\frac{1}{2}$ l. de caldo de pollo
Laurel
Sal

Rabo de Toro con Fabes

ELABORACIÓN:

Poner el rabo de toro en adobo con: el vino tinto, los granos de pimienta y de clavo, la cebolla cortada en juliana, los ajos, las zanahorias cortadas en ruedas, el laurel, el orégano y el pimentón picante. Se pone en la nevera durante 48 h. bien tapado y de vez en cuando se mueve con cuchara de madera.

Mientras, las alubias deben estar en remojo una noche.

Cuando se vaya a preparar todo, poner las alubias a cocer en agua. Ir espumando, cambiar el agua y volver a ponerlas al fuego. Dejar a fuego lento hasta que estén tiernas -entre 1 hora y media y dos horas-. Añadir la sal al final para que no se rompan. Reservar.

En una sartén con aceite de oliva, pochar las verduras del adobo, que hay que escurrir bien. Añadir el rabo de toro y dar una vuelta. Cubrir con el vino del adobo y cocer hasta que esté tierno. Pasar las verduras para hacer la clásica salsa espesa, y mezclar con el rabo. Añadir entonces las habichuelas ya cocidas, y cocer muy despacio unos veinte minutos, pero sin que se deshagan.

INGREDIENTES: (4 personas)

- 1 kg. de fabes
- 1 ½ de rabo de toro
- 1 l. de vino tinto
- 1 Cebolla
- 1 Clavo
- 5 Dientes de ajos
- 2 Hoja de laurel
- 3 Zanahorias
- 1 Taza de harina
- Orégano
- 1 Cucharadita de pimentón picante
- 1 Cucharón de aceite de oliva extra
- 25 grs. de pimienta negra
- Sal



SOCIEDAD DE PLATEROS

M^a AUXILIADORA

Potaje de Nochebuena y Vigilia

ELABORACIÓN:

Poner a remojo los garbanzos y el bacalao durante la noche. Poner en una olla los garbanzos y las habichuelas con agua suficiente para cocerlas.

Limpian los pimientos sacándoles las semillas e incorporándolos a la olla con el laurel y una cabeza de ajos sin pelar. Dejar a fuego lento las legumbres hasta que estén totalmente cocidas. Mientras se pone a calentar el aceite en una sartén y se sofríen las cebollas cortadas a rajitas y el tomate.

Cuando este dorada la cebolla, se añade el pimentón se mezcla todo bien y antes de que se quemé el pimentón se corta con un poco de agua el hervor y se echa a la olla con las legumbres. Hacemos un aliño machacando tres dientes de ajo, el perejil, y el comino y se agrega a la olla. Se pica el bacalao bien picado. En un recipiente se agrega el perejil picado, dos dientes de ajo picados y los huevos batidos ligeramente. Vamos agregando el pan rallado hasta hacer una masa. Continuación hacemos buñuelos que vamos friendo en aceite caliente. Los dejamos escurrir y los incorporamos a la olla cuando las

INGREDIENTES:

500 grs. de habichuelas remojadas
500 grs. de garbanzos remojados
500 grs. de bacalao remojado y un poco desalado
2 Pimientos
1 Patata
2 Hojas de laurel
2 Cabezas de ajos
1 Vaso de aceite
2 Cebollas medianas
2 Tomates
1 Cucharadita de pimentón
Perejil
1 Cucharadita de comino
2 Huevos
Pan rallado
Azafrán en hebra
Sal
Aceite de oliva virgen extra

SOCIEDAD DE PLATEROS

M^a AUXILIADORA



legumbres ya Essen totalmente cocidas. Agregar la sal que necesite y el azafrán .Dejar cocer todo junto unos 15 minutos mas y ya estará a punto para comer. Servir directamente de la olla.

Calabacín con Bacalao y Chorizo

ELABORACIÓN:

Sofreímos dos cebollas frescas y picaditas en una cazuela con un baso de aceite de oliva. Una vez dorada la cebolla, le incorporamos un calabacín hermoso troceado a cuadritos, 100 grs. de bacalao desalado y otros 100 grs. de chorizo de Espejo troceadito. Lo salteamos durante dos minutos y agregamos un vaso de oloroso. Le ponemos una pizca de nuez moscada, pimienta y sal. Lo servimos cuando reduzca el vino, pasados unos 8 minutos.

INGREDIENTES:

2 Cebollas frescas
1 Vaso de aceite de oliva
1 Calabacín
100 grs. de bacalao
100 grs. de chorizo
1 Vaso de oloroso
Nuez moscada
Pimienta
Sal



SOCIEDAD DE PLATEROS

M^a AUXILIADORA

Pisto

ELABORACIÓN:

Trocear todas las verduras. Calentar el aceite y saltear pimiento, cebolla, zanahoria, calabacín, berenjena, ajos, patatas y tomates (en ese orden). Agregar perejil, sal, pimienta, vino blanco y cocer a fuego medio aproximadamente 30 min.. Para que no quede muy líquido, subir el fuego unos minutos para reducirlo.

Para las berenjenas al horno: Se fríen las berenjenas enteras sólo un poco. Se abren y se les quita la carne y se apartan las cascara. Se refríe la carne picada con la de las berenjenas, las cebollas, ajos, carne picada y la sal. Con este refrito se rellenan las berenjenas, se colocan en la bandeja del horno, tapándolas con una loncha de queso. Se hace una bechamel (leche, mantequilla, harina, nuez moscada) y se echa por encima de todo, se mete en el horno a fuego medio hasta que se derrita el queso.

INGREDIENTES:

3 Cucharadas aceite
½ kg .de tomates maduros
1 Cucharada de perejil picado
5 Ajos
1 Berenjena
1 Pimiento verde
½ Cebolla
Vino blanco
1 Calabacín
Sal
1 Zanahoria
Pimienta
2 Patatas

Para las berenjenas al horno:

4 ó 5 Berenjenas
½ kg. de carne picada
Cebolla
Ajo
Sal
Leche
Harina
Nuez moscada
Mantequilla
8 ó 10 lonchas de queso

SOCIEDAD DE PLATEROS

M^a AUXILIADORA



Puchero de Coles de Pueblo

ELABORACIÓN:

Se hace un sofrito con aceite de oliva virgen extra, pimiento rojo, cebolla, dientes de ajo, laurel y guindilla. Troceamos las coles hermosas, en cuadritos no muy pequeños y las introducimos en el puchero, u olla adecuada para la cantidad prevista. Una vez todo mareado y bien meneado lo cubrimos de agua. Le ponemos el chorizo, la morcilla y un trozo de tocino de veta. Dejamos cocer aproximadamente hora y media ponemos a punto de sal.

INGREDIENTES:

Aceite de oliva virgen extra
1 Pimiento rojo
1 Cebolla
3 Dientes de ajo
1 Hoja de laurel
1 Guindilla
2 Coles
1 Chorizo
1 Morcilla
Tocino de veta



Olla Cortijera con Revoltillo de Cordero

ELABORACIÓN:

Poner en una olla los garbanzos y las judías a cocer por espacio de 40 minutos incorporar las verduras cortadas poner los judiones s en daditos muy pequeños dentro de la olla con las legumbres y añadirlos revoltillos de cordero dejar hasta que estén tiernos los revoltillos pasado este tiempo poner los granos de arroz y los dejamos que se pongan tiernos acompañamos la olla de revoltillo con las aceitunas de ajo.

INGREDIENTES:

100 grs. de arroz
100 grs. de garbanzos
100 grs. de judías pintas
200 grs. de revoltillo de cordero
1 Pieza de tomate
1 Pieza de pimiento verde y rojo
1 Pieza de cebolla
2 Dientes de ajo
400 grs. de patatas
100 grs. de col
50 grs. de aceitunas de ajo



Almejas con Judiones Estofadas

ELABORACIÓN:

Poner los judiones en agua la noche anterior, cocer las judías en una olla junto con todas las verduras, dejar por espacio de 30 minutos cociendo hasta que estén tiernas. En una sartén aparte ponemos un diente de ajo con las almejas y dejar que se abran. Comprobar que las judías están tiernas e incorporar las almejas y dejar a fuego lento hasta que trabe el caldo.

INGREDIENTES:

1 kg. de almejas
1 Diente de ajo
1 Pieza de tomate
1 Pieza de cebolla
1 Pieza de pimiento
1 Hoja de laurel
Azafrán
Pimentón dulce
Sal
Aceite de oliva
1 Vaso de vino blanco
1 ½ kgs. de judiones

Arroz Caldoso con Conejo y Habitas

ELABORACIÓN:

Ponemos las verduras cortadas a pochar en una olla de barro, a continuación ponemos los trozos de conejo cortados para que se doren, cuando veamos que ya están, ponemos el caldo de carne colorante y el pimentón dulce y cuando empieza a hervir, echamos los granos de arroz y las patatas cortadas, dejamos por espacio de 20 minutos, comprobamos de sal y apartamos, dejamos en la misma olla hervir.

INGREDIENTES:

150 grs. de conejo
50 grs. de habitas
1 Pieza de tomate
1 Pieza de cebolla
1 Pieza de zanahoria
100 grs. de arroz
1 l. de caldo de carne
Colorante
Pimentón dulce
Sal
2 Patatas



Guiso de Atún Rojo en Escabeche

ELABORACIÓN:

Cortar la verdura en juliana y pochar en el aceite, pasar los tacos de atún por harina e incorporar con las verduras, dar vueltas por todos los lados al pescado, poner el vino blanco con el vinagre, los 2 litros de agua y dejar cocer por espacio de 30 minutos. Transcurridas 24 horas para que los tacos de atún cojan el sabor del escabeche.

INGREDIENTES:

1 Kg. de atún
1 Cebolla
1 Tomate
2 Dientes de ajo
2 Hojas de laurel
½ Kg. de harina
2 ls. de agua
1 l. de vino blanco
½ l. vinagre
Pimienta grano negra
Colorante
Sal
2 Pimiento rojo

Cazuela de Albóndigas de la Abuela

ELABORACIÓN:

Picamos la cebolla y el ajo. En una sartén se calienta cuatro cucharas de aceite de oliva y se rehoga el ajo con la mitad de la cebolla hasta que se ponen doradas. En un cuenco se mezclan bien la carne con los huevos, el sofrito de cebolla y ajo, el pan, el perejil picado, el comino, sal y pimienta. Una vez mezcladas se comienzan a formar las albóndigas con las manos mojadas en aceite. Ponemos a freír las albóndigas hasta que se ponen doradas, se escurren y se colocan en una cacerola. Se fríe la cebolla restante con seis cucharas del aceite que nos ha servido para freír las albóndigas hasta que se pone transparente. La añadimos una cuchara de harina removiendo rápidamente a la vez que ponemos el vino. El sofrito obtenido se vierte sobre las albóndigas con las ramitas de tomillo, el tomate frito y un vaso de agua, los dejamos hervir lentamente otros 15 minutos.

INGREDIENTES:

250 grs. de carne de ternera picada
250 grs. de carne de cerdo picada
2 Cebollas
2 Huevos
100 grs. de pan remojado en caldo
200 mls. de tomates fritos
75 mls. de vino blanco
Aceite de oliva
3 Dientes de ajo
1 Pizca de nuez moscada
1 Pizca de comino
Pimienta
Perejil picado
Sal

Cazuela de Espinacas con Garbanzos

ELABORACIÓN:

Se cuecen las espinacas en agua y sal unos quince minutos. Se escurren bien las espinacas. En una cacerola se calienta el aceite y se sofríen la cebolla, el ajo con las hojas de laurel unos tres minutos. Al sofrito obtenido se le añade las espinacas y los garbanzos cocidos, salpimentamos. Se sirven con rebanadas de pan en cazuela de barro.

INGREDIENTES:

500 grs. de espinacas
200 grs. de garbanzos cocidos
1 Cebolla grande bien picada
4 Dientes de ajo picado
Aceite de oliva
2 Hojas de laurel
1 Pizca de comino
Sal
Pimienta

Potaje de Garbanzos y Espinacas

ELABORACIÓN:

Calentamos el aceite en una cacerola y echamos los ajos picados, el pimentón y la guindilla. Añadimos las espinacas limpias y troceadas, el pan que anteriormente lo hemos machacado en un mortero. Regamos con el vino y dejamos que se evapore. Añadimos los garbanzos, el caldo dándole hervir a fuego lento 40 minutos.

INGREDIENTES:

400 grs. de garbanzos
300 grs. de espinacas congeladas
2 Dientes de ajo
2 Rebanadas de pan
30 grs. de pimentón
2 Guindilla
150 mls. de aceite
75 mls. de vino blanco
1 ½ ls. de caldo de verduras

Guiso de Ternera con Patatas

ELABORACIÓN:

En una olla se calienta el aceite y se doran la cebolla picada. Se añaden la carne de ternera troceada en dados continuando a freírla hasta que se doran bien. Espolvoreamos la harina y añadimos un poquito de caldo. Se echa las zanahorias cortadas en tiritas y salpimentamos. Se vierte los tomates fritos y se cubren con caldo dejándolo a hervir al fuego lento durante casi una hora (se compraba de vez en cuando si hay que añadir un poco de caldo para que no se pegue). Añadimos las patatas troceadas y dejamos otros 15 minutos.

INGREDIENTES:

600 grs. de ternera
2 Zanahorias
2 Cebollas
4 Patatas
Tomates fritos
Harina
Caldo de carne
Laurel
Clavo
Sal
Pimienta
Aceite de oliva

Potaje de Garbanzos con Manitas

ELABORACIÓN:

En la olla express ponemos el cerdo con agua, sal, laurel y ha cocer durante tres cuartos o una hora, reservamos el caldo para luego.

En una cazuela aparte ponemos aceite, sofreímos la cebolla picada cuando este casi hecha se la añade la patata a tacos y la carne de la ñora para darle una vueltecita, el pimentón dulce y caldo que lo cubra, un poco de tomillo y ha hervir. Al estar la patata casi hecha se le añaden las manitas de cerdo y la cantidad que queramos del bote de garbanzos y a fuego lento se deja cocer hasta que este todo en su punto, con ese caldito gelatinoso tan rico.

INGREDIENTES: (4 personas)

3 kgs. de manitas de cerdo
Patatas
Garbanzos
Laurel
Cebolla
1 ñora
Pimentón dulce
Tomillo
Sal
Aceite

Albóndigas con Caldo

ELABORACIÓN:

Descortezamos el pan y lo rallamos. Amasamos bien todos los ingredientes para formar una pasta homogénea.

Tomamos porciones de la masa y hacemos bolas del tamaño de una ciruela. Para facilitar esta labor nos mojamos las manos en vinagre.

Hacemos un caldo serrano con agua, sal, un hueso añejo de canilla y un hueso de jamón. En este caldo dejamos cocer las albóndigas durante cuarenta minutos.

INGREDIENTES: (4 personas)

¼ kg. de carne de ternera
picada
¼ kg. de carne de cerdo
picada
5 Huevos
1 Telera ½ kg. de pan de
pueblo
3 Ajos grandes
Caldo serrano
Azafrán
Pimienta
Sal



Potaje de Garbanzos con Espinacas

ELABORACIÓN:

La noche anterior ponemos en remojo los garbanzos con un puñado de sal. En una olla sobre fondo de aceite, colocamos los garbanzo, los cubrimos de agua, añadimos sal, dejándolos cocer a fuego lento.

Limpiamos y cocemos las espinacas, seguidamente ponemos a freír el pan y cuando este dorado lo retiramos y en el mismo aceite freímos tres ajos enteros sin piel hasta que se doren.

En un mortero ponemos: El pan frito, os tres dientes de ajo fritos y dos dientes de ajo crudos. Añadimos sal y un chorreón de vinagre. Majamos todo muy bien y añadimos un poco de agua a la masa.

Rehogamos las espinacas hervidas en el aceite utilizado anteriormente, durante unos minutos. Incorporamos el pimentón y la mezcla que tenemos en el mortero. Dejamos cocer durante 5 minutos. Reservamos.

Cuando los garbanzos estén tiernos añadimos las espinacas a la olla y dejamos cocer todo junto durante un par de minutos.

INGREDIENTES: (4 personas)

- 500 grs. de espinacas
- 500 grs. de garbanzos cocidos
- 1 trozo de pan del día anterior
- 5 dientes de ajos
- 1 cucharada de pimentón dulce
- Azafrán
- Pimienta
- 1 dl. de aceite de oliva
- Agua
- Sal

Potaje de Habichuelas

ELABORACIÓN:

Colocamos en un puchero todos los ingredientes en crudo y dejamos cocer a fuego lento durante una hora o hasta que las judías estén tiernas.

INGREDIENTES: (4 personas)

500 grs. de habichuelas
1 Trozo de morcilla
1 Trozo de chorizo
1 Rabo de cerdo
2 Tomates
1 Cabeza de ajos
2 Cebollas medianas
2 Hojas de laurel
1 Pimientos rojo
1 Pimiento verde
Aceite de oliva
Azafrán
Pimienta
Sal
Agua

Rape con Carabineros en Guiso

ELABORACIÓN:

Ponemos las ñoras en remojo hasta que estén blandas y carnosas (un par de horas en agua templada). Pelamos los carabineros y les extirpamos el estómago.

En el aceite caliente, con los dientes de ajo, sofreiremos las cáscaras y las cabezas de los carabineros, machacándolos con un tenedor para que suelten todo su jugo. Retiramos el desperdicio de los carabineros con una espumadera. Después agregamos la cebolla picada, el laurel y las ñoras, que previamente se habrá sofrido unos diez minutos a fuego lento. Añadimos el rape para dorarlo un poco. Después añadimos el vino y dejamos reducir. Cubrimos con el caldo de pescado y dejamos cocer unos cinco minutos. Añadimos los carabineros y mantenemos la cocción otros cinco minutos.

INGREDIENTES:

500 grs. de rape limpio y troceado
4 Carabineros grandes
1 Cebolla
2 Ñoras
1 Vaso de vino blanco
1 Vaso de caldo de pescado
1 Tomate pelado y despepitado
1 Hoja de laurel
2 Dientes de ajo
Perejil rizado
Sal
Pimienta blanca

Rabo de Toro Glaseado al Vino Tinto con Puré de Patatas

ELABORACIÓN:

Saltear las cebollas, los ajos y el rabo (previamente troceado) y dorar todo bien. Añadir el vino tinto y el caldo y meter en el horno a 140-160°C durante 6 ó 7 horas. Pasado este tiempo sacar el rabo, triturar el resto y reducir hasta ponerlo al gusto. Cocer las patatas, mezclarlas con la mantequilla y el jugo reducido del rabo y pasar por la termómix. Calentar el rabo en la salsa. Una vez caliente, colocarlo en el plato, poner en un lateral el puré de patatas y cubrir el rabo con la salsa. Éste ha de quedar bien glaseado y con un color oscuro y brillante.

INGREDIENTES:

2 kgs. de rabo de rabo de toro
4 Cebollas
3 Cabezas de ajo
500 grs. de patatas
2 ls. de caldo de carne
100 grs. de salsa de rabo (una vez hecho)
2 ls. de vino tinto
150 grs. de mantequilla

Tajine de Cordero

ELABORACIÓN:

Distribuir los trozos de cordero en una cacerola con el azafrán, el diente de ajo aplastado, el jengibre, el aceite y la sal. Cubrir con agua y cocer con el recipiente tapado hasta que la carne esté tierna. Escurrir la carne y reservar caliente. Poner las habas a cocer en un cazo con una parte del agua de la cocción del cordero hasta que estén tiernas. Retirar y dejar hervir el líquido resultante hasta que reduzca y espese un poco. Hacer lo mismo con las alcachofas limpias de hojas duras y cortadas. Poner de nuevo la carne en la cacerola con las habas, las alcachofas y los líquidos reducidos. Añadir la corteza de limón confitado, dejando que cueza todo durante quince minutos para que se calienten todos los ingredientes. Rociar con el zumo de limón si se desea y servir caliente.

INGREDIENTES:

800 grs. de cordero en dados
1 Cucharadita de jengibre en polvo
1 Cucharadita de azafrán
1 Diente de ajo pequeño
60 mls. de aceite
500 grs. de habas desgranadas y peladas
1 kg. de alcachofas
Corteza de un limón confitado
Zumo de un limón
Sal

Guiso de Bacalao con Patatas

ELABORACIÓN:

Picar finamente la cebolla y los pimientos en juliana fina. Poner todo a pochar en una cazuela con aceite. Cuando se dore, añadir las guindillas. Pelar las patatas, cortarlas en rodajas gruesas e incorporálas a la cazuela. Verter el caldo y cocinar a fuego medio durante 20 minutos.

En una sartén con un poco de aceite, freír brevemente por los dos lados los lomos de bacalao. Pasarlos a la cazuela de las patatas dejando la piel hacia arriba. Guisar durante 5 minutos.

Retirar las guindillas y decorar con una rama de perejil.

INGREDIENTES:

800 grs. de patatas
½ kg. de bacalao desalado
1 Pimiento rojo
1 Pimiento verde
1 Cebolla
3 dientes de ajo
¾ l. de caldo de pescado
2 Guindillas
Aceite virgen extra
Sal
Perejil

organiza:

patrocinadores:



HOSTECOR

C/ Dr. Jiménez Díaz, s/n.
14004 Córdoba

Telfs.: 957 29 84 43 - 957 29 99 00

Fax: 957 29 93 10

www.hostecor.com

e-mail: hostecor@hostecor.com



TURISMO DE CÓRDOBA
PATRONATO PROVINCIAL



Diputación de Córdoba



colaboradores permanentes:

