



Lunes, 7 de enero de 2019

BOLICHES CON CHIPIRONES SORPRESA

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

300 g de boliches, 12 chipirones,
100 g de chorizo, cebolla, ajo, 1 pimiento
verde, 1 zanahoria, laurel, comino,
jengibre y azafrán.

Además, vino blanco, sal, pimienta
negra y perejil picado.



ELABORACIÓN:

Poner en remojo los boliches, durante 12 horas. Después, escurrir.

Cocer los boliches desde agua fría con las especias y sal. Cuando levanten el hervor, meter agua fría para cortar la cocción. Repetir el proceso 3 veces. Cocer después durante dos horas y media a fuego bajo.

Desgrasar el chorizo en agua hirviendo, pero a fuego medio. Dejar enfriar y cortar en tacos pequeños.

Aparte, limpiar los chipirones y rellenarlos con tacos de este chorizo desgrasado, dándoles la vuelta para que al cocinarse se cierren sobre sí mismos.

Dorar los chipis rellenos en una sartén y reservar. Dorar las verduras picadas finamente y desgrasar con el vino blanco. Juntar en la olla de los boliches la verdura pochada y los chipirones a la plancha. Agregar el perejil picado, guisar 5 minutos más a fuego muy suave y servir.

Síguenos en
@PeraLimoneraTV



ARAGÓN TV



Lunes, 7 de enero de 2019

BIZCOCHO EXPRÉS DE MANDARINAS

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

1 bizcocho artesano, 8 mandarinas, 1 yogur griego, 1 chorrito de ron dorado, 2 cucharadas de azúcar moreno, menta fresca y canela molida.



ELABORACIÓN:

Cocer ligeramente el ron con el azúcar y la ralladura de mandarinas, reservando algunas para el emplatado. Agregar el zumo y dejar enfriarla mezcla.

Embeber el bizcocho cortado en láminas rectangulares con este almíbar.

Colocar el bizcocho sobre el plato. Encima, repartir gajos de mandarina cortada por la mitad y puntos de yogur griego. Brotes de menta fresca y espolvorear canela molida.

Síguenos en
@PeraLimoneraTV



ARAGÓN TV