



BOQUERONES EN VINAGRÉ CON GAZPACHO

INGREDIENTES

500 g de boquerones
1 parte de agua
1 de vinagre de vino blanco
1 vaso de aceite de oliva virgen extra
1 diente de ajo

• PARA EL GAZPACHO •

4 tomates Pera
1/2 cebolleta
1 pepino
1 diente de ajo
1 cubito de hielo
Aceite de oliva virgen extra
Vinagre de Jerez
1 rebanada de pan sin la corteza
Caldo de las aceitunas
Pimiento verde
Pimiento rojo

• ADEMÁS •

Sal
Pimienta negra
Aceitunas rellenas de anchoa
Pan tostado
Perejil fresco

ELABORACIÓN

Limpia muy bien los boquerones, destrípalos, saca los lomos y enjuégalos bajo el grifo. Desangra en agua con hielo durante unos minutos. Ponlos a marinar en una mezcla de agua y vinagre durante 4 horas. Luego, sácalos, sécalos y macéralos en una mezcla de aceite de oliva, ajo machacado con piel y perejil picado durante un mínimo de 8 horas.

Mientras tanto, macera los ingredientes del gazpacho: ½ ajo, ½ pepino sin piel ni pepitas, tomates, cebolla, pimiento verde, pimiento rojo, sal, 3 cucharadas del líquido de las aceitunas, miga de pan, vinagre de Jerez y aceite de oliva virgen extra. Tritura bien fino, añadiendo 1 cubito de hielo y más aceite de oliva virgen extra en hilo fino.

Sirve una fina capa de gazpacho en un plato hondo, cubre con los boquerones y termina con aceitunas verdes. Acompaña con rebanadas de pan tostado.



MIGAS DULCES CON MANZANA

INGREDIENTES

• PARA LAS MIGAS •

250 g de un buen pan un poco duro
30 g de mantequilla
30 g de azúcar

• PARA LA FRUTA •

900 g de manzanas
Zumo y ralladura de 1 limón
1 cucharada de canela molida
1 cucharada de jengibre en polvo
110 g de azúcar moreno

• ADEMÁS •

Nata montada
Menta fresca

ELABORACIÓN

Corta el pan en rodajas y tritúralo en un procesador hasta obtener migas irregulares. Mezcla con la mantequilla derretida y el azúcar, removiendo bien para integrar todos los ingredientes. Hornea a 180° durante 10 minutos.

Pela las manzanas, descórzalas y córtalas en láminas finas. Mezcla con el jugo de limón, canela, jengibre y azúcar moreno. Deja reposar 10 minutos y luego añade las migas de pan.

Coloca la mezcla en una bandeja de horno, cubre con papel de aluminio y hornea a 190° durante 25 minutos. Retira el papel y hornea 10 minutos más para dorar la superficie.

Sirve el crumble en copas y acompaña con nata montada, ralladura de limón y menta fresca.