

# ARROZ CALDOSO CON VERDURAS DE LA VEGA

Cálculo: seis raciones

## **INGREDIENTES**

Arroz: 600 grms.  
Cebolla: 200 grms.  
Pimiento verde: 250 grms.  
Pimiento rojo: 250 grms.  
Alcachofas: 500 grms.  
Habas tiernas: 500 grms.  
Un manojo de espárragos verdes  
Tomate: 250 grms.  
Ajo: 4 dientes  
Aceite: 2 decilitros  
Azafrán: 15 hebras  
Perejil picado  
Caldo de pollo: 2'5 litros  
Sal

## **ELABORACIÓN**

- 1.- Limpiar y cortar finamente la cebolla, el ajo, el tomate y el perejil.
- 2.- Limpiar y trocear el pimiento y los espárragos, lavar y trocear las habas enteras si son tiernas, de lo contrario desgranarlas y aprovechar los granos.
- 3.- Limpiar y trocear en cuartos las alcachofas, reservándolas en agua con perejil para evitar que se oxiden.
- 4.- Dorar en el perol o sartén onda los pimientos, espárragos, habas y alcachofas. Una vez dorados y tiernos añadir la cebolla y el ajo picado, sofreir cinco minutos y añadir el tomate picado rehogando cinco minutos más.
- 5.- Añadimos el caldo y una vez que ha roto el hervor echamos el arroz, el azafrán y el perejil picado, provando el punto de sal. Hervir lentamente veinte minutos.

# CANGREJOS DE RIO EN SALSA VINO BLANCO

Cálculo: seis raciones

## **INGREDIENTES**

Cangrejos de río: 36 unidades.  
Una cabeza de ajo picado  
Dos decilitros de aceite de oliva virgen  
Cuatro decilitros de vino blanco  
Harina: 50 grms  
Guindilla seca: 2 unidades  
Hojas de laurel: 3 hojas  
Sal

## **ELABORACIÓN**

- 1.- Lavar los cangrejos en abundante agua.
- 2.- Calentar en una sartén grande el aceite y rehogar dorando ligeramente los ajos picados, saltear los cangrejos en la sartén a fuego vivo durante 10 minutos junto con la guindilla y las hojas de laurel, sazonar y añadir la harina sin dejar de saltear, volcamos el vino blanco y damos un hervor. Espolvorear con perejil picado a la hora de servir.

# CARACOLES EN SALSA

Cálculo: seis raciones

## **INGREDIENTES**

Caracoles: 2 Kg.  
Un codillo de jamón  
Chorizo ahumado: 200 grms.  
Morcilla ahumada: 200 grms.  
Jamón serrano: 200 grms.  
Laurel, tomillo, perejil y pimienta en grano  
Guindilla seca

## **SOFRITO**

Aceite: 1 decilitro  
Cebolla: 200 grms.  
Ajo: Tres dientes  
Tomate: 250 grms  
Una cucharada de pimentón y una de harina

## **ELABORACIÓN**

- 1.- Dejar en ayunas los caracoles 24 horas como mínimo.
- 2.- Lavar varias veces y ponerlos en remojo una hora con sal gorda y vinagre.
- 3.- Lavar por última vez y ponerlo a hervir con el hueso de codillo, el chorizo, la morcilla, el jamón serrano, las especias y la guindilla diez minutos aproximadamente.
- 4.- Aparte, en el aceite sofreír la cebolla, los ajos picados finamente. Una vez dorado agregar la harina, el pimentón y los tomates pelados y triturados.
- 5.- Retirar de los caracoles todos los ingredientes, troceando el jamón, el chorizo y la morcilla que lo volveremos a introducir junto con el sofrito. Damos un hervor de 5 minutos y servirlos.

# CARPA ESCABECHADA

Cálculo: diez-doce raciones, también como componente de entremeses

## **INGREDIENTES**

Carpa: 2 Kg.  
Aceite: ½ litro.  
Vino blanco: ¼ litro.  
Vinagre: ¼ litro.  
Clavos: 2 piezas  
Ajos: 1 cabeza  
Tomillo: 1 ramita  
Pimienta: Unos granos  
Laurel: 2 hojas

## **ELABORACIÓN**

- 1.- Limpiar las carpas cortándoles la cabeza, limpiarlas y lavarlas retirando las escamas.
- 2.- Calentar el aceite en una sartén, pasar las sardinas sazonadas por harina y freírlas; ir colocándolas ordenadamente en una cazuela de barro y dejarlas enfriar.
- 3.- En el aceite se dora la cabeza de ajos y el resto de las especias, se retira del fuego y una vez que haya perdido temperatura agregarle el vinagre, el vino y la sal, darle a todo un hervor y dejar enfriar.
- 4.- Cubrir con este escabeche las carpas y guardar en el frigorífico unos días antes de consumirlas.

**NOTA:** Si se quiere consumir antes, juntar las carpas con el escabeche en caliente e incluso darles un hervor. Pueden añadirse otras especias e incluso zanahorias, cebolla y puerro en juliana, friéndolas antes en el aceite y cociéndolas un poco en el escabeche.

# ESPÁRRAGOS DE ARANJUEZ QUISADOS CON GUARNICIÓN

Cálculo: seis raciones

## **INGREDIENTES**

Tres manojos de espárragos verdes de Aranjuez  
Cebolla tierna: 400 grms.  
Ajo: Seis dientes  
Una guindilla seca  
Tomate maduro: 250 grms.  
Huevos de codorniz: 12 unidades  
Aceite: 1'5 decilitros  
Tres cucharadas de harina  
Una cucharada de pimentón  
Un hueso de codillo  
Dos hojas de laurel  
Sal  
Unas hebras de azafrán  
Vino blanco: 1'5 decilitros

## **ELABORACIÓN**

- 1.- Trocear los espárragos verdes en trozos, en dos centímetros aproximadamente, retirando la parte dura del tallo y reservando las yemas.
- 2.- Una vez lavados ponerlos a cocer con agua, la hoja de laurel, la guindilla, el hueso de jamón durante 15 minutos aproximadamente.
- 3.- Añadir las yemas y dejar cocer hasta que estén tiernos. A parte preparar un sofrito rehogando en el aceite la cebolla y el ajo picados. Una vez que están tiernos añadir el pimentón, la harina y el tomate picado, erogar durante cinco minutos y añadir el vino blanco.
- 4.- Acabamos el plato retirando de los espárragos, el codillo, el laurel, la guindilla y añadiendo el sofrito dando un hervor de cinco minutos, poner a punto de sal y servir en cazuela de barro junto con los huevos de codorniz escalfados y las hebras de azafrán.

# FAISAN ESTOFADO A LA TRUFA

Cálculo: Ocho raciones

## **INGREDIENTES**

Faisanes: 2 piezas  
Higadillos de ave: 400 grms.  
Mantequilla: 50 grms.  
Trufas: 4 piezas  
Oporto: ½ litro  
Manteca de cerdo: 100 grms.  
Sal y pimienta.

## **ELABORACIÓN**

- 1.- Aviar los faisanes como para asar. Limpiar los higadillos, sazonarlos con sal y pimienta y saltearlos ligeramente con la mantequilla.
- 2.- Rellenar los faisanes con los higadillos y las trufas en trozos, bridarlos y dejarlos con el oporto en maceración dos o tres días.
- 3.- Escurrirlos bien, calentar la manteca en una cacerola, dorar los faisanes. Colocarlos en una cocotera; añadir el oporto de la maceración a la cacerola donde se han dorado, y darle un hervor para recuperar los jugos, agregárselo a la cocotera.
- 4.- Sellar la tapadera con una masa de harina y agua e introducirla en el horno, dejándole una media hora, puede destaparse rompiendo la masa ya en la mesa ante los comensales.

# FRESAS DE ARANJUEZ

Cálculo: seis raciones

## **INGREDIENTES**

Fresas de Aranjuez: 600 grms.

## **ELABORACIÓN**

- 1.- Consumirlas tal cual ó acompañadas de nata montada, zumo de naranja, etc.

# REVUELTO DE HABAS Y AJOS TIERNOS

Cálculo: seis raciones

## **INGREDIENTES**

Huevos: 12 unidades  
Habas tiernas: ½ Kg.  
Un manojo de ajos tiernos  
Aceite de oliva: 1 decilitro  
Seis tostones de pan frito  
Perejil picado  
Sal

## **ELABORACIÓN**

- 1.- Limpiar, lavar y trocear las habas y los ajos tiernos.
- 2.- Calentar en una sartén el aceite de oliva y rehogar las hortalizas. Una vez tiernos volcar los huevos batidos cuajándose lentamente, sazonar y emplatar sin que se mojen demasiado, acompañándolo con los tostones de pan frito y espolvoreado con perejil picado.