LA FOODIETECA
BARCELONA

TEAM COOKING
Recetas - 10 personas

GAZPACHO

Ingredientes:

- 1,5 kg tomate pelado **(sin semillas)**
- 100 g pimiento rojo
- 50 g pepino pelado **(sin semillas)**
- 50 g cebolleta
- 1 ud diente de ajo
- 30 gr vinagre de jerez
- 100 g aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Pimienta

Decoración:

Cebolla
Pimiento rojo
Pepino



Elaboración:

Lavamos bien los tomates, escaldamos en agua a punto de hervir y reservamos en un bol con hielo.

Pelamos los tomates, vertemos todas las verduras picadas en trozos grandes dentro de la thermomix y trituramos a máxima velocidad hasta obtener una textura muy fina. Añadimos un poco de agua si es necesario.

Mientras mezclamos, agregamos el aceite poco a poco para emulsionar la elaboración y el vinagre de Jerez.

Colamos la mezcla con la ayuda de una espátula y un colador.

Rectificamos de sal y pimienta si es necesario. Dejamos enfriar el gazpacho en el abatidor de temperatura **sin que congele.**

Emplatado:

Servimos en plato hondo o vaso de zurito. Para decorar añadimos pepino, cebolla y pimiento rojo cortados finamente con un chorrito de aceite por arriba.

LA FOODIETECA
BARCELONA

TEAM COOKING
Recetas - 10 personas

TORTILLA DE PATATA

Ingredientes:

- 1 kg patatas
- 1 ud cebolla mediana
- 10 ud huevos
- Aceite girasol (ya está en la freidora)
- Aceite oliva
- Sal
- Pimienta



Elaboración:

Pelamos y cortamos las patatas en mitades de rodajas muy finas.

En una freidora procedemos a calentar el aceite a 180ºC donde se pondrán a freír las patatas.

Dejamos las patatas a fuego medio hasta que estén blandas y las ponemos en un recipiente con papel de cocina para que absorba el exceso de aceite.

Por otro lado, en una sartén aparte, pochamos ligeramente la cebolla hasta que se haya reducido a la mitad y tenga un color marrón claro.

En un bol aparte batimos los huevos, sazonamos con sal y una pizca de pimienta.

Vertemos las patatas y la cebolla en el bol donde hemos batido los huevos y mezclamos.

Ponemos el aceite de oliva en una sartén y calentamos.

Una vez tenemos la sartén bien caliente, bajamos el fuego y vertemos la mezcla. **OJO ! En este paso debemos tener especial cuidado ya que se nos puede quemar fácilmente la tortilla.**

Cocinamos hasta que el fondo esté dorado, aunque es recomendable mover la mezcla un poco al principio para asegurar que no nos quede crudo el interior de la tortilla. Le damos la vuelta a la tortilla con un plato y deslizamos suavemente en la sartén de nuevo, para que la parte cruda quede boca abajo y termine de cocinar.

Emplatado:
Emplatamos en plato llano y cortamos cada tortilla en 6-8 porciones.

*Tradicionalmente la tortilla se hace de un diámetro mayor, nosotros haremos varias pequeñas para que sea más fácil de compartir a lo largo de la mesa.

LA FOODIETECA
BARCELONA

TEAM COOKING
Recetas - 10 personas

COCA DE RECAPTE CON OLIVADA Y QUESO



Ingredientes:

- 1 ud base de pizza (ya está pre horneada)
- 0,200 kg queso de cabra cortado en rodajas
- 2 cucharadas de olivada (tapenade)
- 1 ud pimiento rojo asado
- 1 ud pimiento verde asado
- 1 ud berenjena asada
- 1 ud cebolla asada
- Aceite de oliva suave
- Sal

Elaboración:

Asamos las verduras sin tapar en el horno a 200ºC durante 30/40 minutos.

Una vez las verduras estén frías, las pelamos, quitamos las semillas de los pimientos y de la berenjena y las cortamos en juliana. Reservamos.

Colocamos la masa en una bandeja para horno y la pre-cocemos, haciendo unos pequeños agujeros, unos 12 minutos a 180ºC.

Dejamos enfriar un poco la masa y extendemos con un pincel la olivada por toda la base. Posteriormente ponemos el queso de cabra cortado a daditos para que gratine. Terminamos con las verduras bien repartidas por encima y de forma intercalada.

Cortamos cada masa de coca en 10 porciones. Cocemos al horno todo el conjunto a 200ºC 13-15 minutos.

Emplatado:

Una vez horneadas servimos en pizarras.

LA FOODIETECA
BARCELONA

TEAM COOKING
Recetas - 10 personas

PAELLA DE MARISCO



Ingredientes:

- 10 ud langostinos
- 10 ud mejillones limpios
- 10 ud almejas
- 0,6 kg sepia, limpia y cortada en cuadrados de 1 cm
- 1 ud cebollas, peladas, picadas finamente
- 2 cucharadas de tomate concentrado
- 2 cucharadas de pimiento choricero
- 0,5 ud pimiento rojo
- 0,5 kg arroz redondo
- ¼ manojo perejil
- 3 ud ajo
- 1,5 L caldo de pescado
- Aceite de oliva
- Sal
- 1 cucharada pequeña de azafrán molido.

CALDO DE MARISCOS

- 2 kg pescado de roca, morralla (galeras, cabezas de langostinos, carabineros...)
- 500 g tomate fresco maduro
- 1 ud puerro
- 1 ud zanahoria
- 30 g dientes de ajo pelados
- 30 g de hojas de perejil fresco
- 3 L agua
- 100 ml aceite
- Sal

Elaboración:

Comenzamos cortando la cebolla muy pequeña, corte brunoise, mientras otra persona va cortando la sepia en dados pequeños.

Mientras tanto, doramos los langostinos en la paella con aceite y sal por ambos lados, lo retiramos de la paella y reservamos.

Pasamos a dorar la sepia a fuego fuerte hasta que esté dorada, un par de minutos.

Empezamos a hacer el sofrito en la paella. Sofreímos la cebolla con un poco de aceite de oliva hasta que se caramelice. Una vez bien cocida, agregamos el pimiento rojo cortado en dados pequeños. Una vez empezamos a tener la cebolla y pimiento bien pochados, añadimos el perejil y ajo picado. Salteamos unos minutos y añadimos la melsa o bazo y cocinamos por un par de minutos.

Ahora podemos añadir a la paella el tomate concentrado y el pimiento choricero. Cocinamos unos minutos. Añadimos el arroz junto con el azafrán y mezclamos bien todos los ingredientes. Doramos el arroz 2/3 minutos. Llegados a este punto, vertemos poco más de la mitad del caldo de pescado (previamente hervido). El resto del caldo sobrante, lo iremos incorporando según nos vaya haciendo falta a la hora de la cocción del arroz. Rectificamos la sal si es necesario.
IMPORTANTE, **no agregues el caldo de pescado sin consultar antes con el chef.**

Cocinamos a fuego alto hasta que empiece a hervir, luego bajamos el fuego y cocinamos por unos 10 minutos a fuego medio-bajo. Pasado el tiempo, probamos el arroz para saber si vamos llegando al final de la elaboración, y si vemos que le queda poco, podemos colocar de manera decorativa los langostinos, almejas y mejillones. Una vez tengamos el arroz en el punto deseado, dejamos reposar la paella durante 3/5 minutos y la servimos.

LA FOODIETECA
BARCELONA

TEAM COOKING
Recetas - 10 personas

PAELLA DE CARNE

Ingredientes:



- 10 ud alitas de pollo (limpias y cortadas en 2)
- 250 g costilla de cerdo (troceada)
- 250 g conejo (troceado)
- 1 ud cebollas, peladas, picadas finamente
- 2 cucharadas de tomate concentrado
- 2 cucharadas de pimiento choricero
- 1 ud pimiento rojo
- 0,5 kg arroz redondo
- ¼ manojo perejil
- 3 ud ajo
- 100g guisantes
- 1 L caldo de carne
- Aceite de oliva
- Sal
- 1 cucharada pequeña de azafrán molido.

Elaboración:

Comenzamos cortando la cebolla muy pequeña, corte brunoise, mientras otra persona va cortando el magro en dados pequeños.
Empezamos a hacer el sofrito en la paella. Sofreímos la cebolla con un poco de aceite de oliva hasta que se caramelice. Una vez bien pochada, agregamos **la mitad** del pimiento rojo cortado en dados pequeños (**la otra mitad** la cortamos en tiras la sofreímos un poco en la misma paellera y reservamos para decorar al final). Una vez empezamos a tener la cebolla y pimiento bien pochados, añadimos las alitas, la costilla y el conejo con aceite, sal y pimienta por ambos lados. Cocinamos por un par de minutos hasta tener bien dorada la carne.

Una vez tengamos todo bien cocinado, podemos añadir el perejil y ajo picado. Freímos unos minutos y seguidamente añadimos el tomate concentrado y el pimiento choricero. Cocinamos unos minutos más. Añadimos el arroz junto con el azafrán, mezclamos bien todos los ingredientes y doramos el arroz 2 minutos. Llegados a este punto, vertemos poco más de la mitad del caldo (previamente hervido) junto con los guisantes. El resto del caldo sobrante, lo iremos incorporando según nos vaya haciendo falta a la hora de la cocción del arroz. Rectificamos la sal si es necesario.
IMPORTANTE, **no agregues el caldo sin consultar antes con el chef.**

Cocinamos a fuego alto hasta que empiece a hervir, luego bajamos el fuego y cocinamos por unos 10 minutos a fuego medio-bajo. Pasado el tiempo, probamos el arroz para saber si vamos llegando al final de la elaboración, y si vemos que le queda poco, podemos colocar de manera decorativa las tiras de pimiento que habíamos freído al principio.
Una vez tengamos el arroz en el punto deseado, dejamos reposar la paella durante 3/5 minutos y la servimos.

LA FOODIETECA
BARCELONA

TEAM COOKING
Recetas - 10 personas

PAELLA VEGANA DE VERDURAS



Ingredientes:

- 500 g arroz redondo
- ½ ud pimiento rojo
- ½ ud pimiento verde
- 500 g cebolla
- 350 g zanahoria
- 200 g alcachofa pelada
- 200 g judías planas
- 100 g guisantes
- 6 ud dientes de ajo
- 5 ud tomates maduros
- 1 cucharadita de azafrán
- 1 rama de romero
- 2 cucharadas de pimiento choricero
- 2 l caldo de verduras
- Aceite de oliva
- Sal i pimienta

CALDO DE VERDURAS:

- 1 ud cebolla seca
- 1 ud puerro
- 1 ud zanahoria
- 2 ud tomate maduro
- 2 ud diente de ajo
- 20 g perejil
- 2 ud laurel
- 1 L agua
- Sal

Elaboración:

Para el caldo de verduras cortamos la cebolla, la zanahoria y el puerro en trozos medianos y tostamos en una olla honda, sin remover mucho, para que se caramelicen un poco. Por otro lado, trituramos rápidamente el perejil con el ajo y los tomates. Añadimos la verdura caramelizada junto con laurel y removemos durante unos 2 min. Después añadimos agua hirviendo, cocemos a fuego bajo 2 horas, con una tapa para que no se evapore demasiado el líquido. Después de apagar dejamos hasta que se infusione y enfríe tapado, para obtener más sabor.

Para la paella, empezamos calentando el aceite en la sartén. Seguidamente ponemos a freír los pimientos cortados a juliana (a tiras largas y finas). Una vez se han dorado 2/3 minutos, reservamos en un plato y añadimos la cebolla cortada de la misma manera. Vamos pelando y cortando a rodajas la zanahoria, que añadiremos a la paella una vez tengamos la cebolla pochada.

Seguimos cortando las judías y las alcachofas en trozos medianos y picamos el ajo. Añadimos a la sartén todo y salteamos durante 5 min. Seguidamente añadimos el pimiento choricero, el tomate rallado y el azafrán, freímos 1 minuto y seguidamente añadimos el arroz y lo doramos 2/3 minutos.

Llegados a este punto, vertemos poco más de la mitad del caldo (previamente hervido) junto con los guisantes . El resto del caldo sobrante, lo iremos incorporando según nos vaya haciendo falta a la hora de la cocción del arroz. Rectificamos la sal si es necesario.
IMPORTANTE, **no agregues el caldo sin consultar antes con el chef.**

Cocinamos a fuego fuerte hasta observar que empieza a hervir, momento en que bajamos el fuego a la mitad y cocinamos durante 10 minutos. Pasado el tiempo, probamos el arroz para saber si vamos llegando al final de la elaboración. Una vez apagamos el fuego repartimos de forma decorativa los pimientos alrededor de la paella y espolvoreamos el romero (previamente deshojado).
Dejamos reposar 3-5 minutos y podemos servir en platos.

LA FOODIETECA
BARCELONA

TEAM COOKING
Recetas - 10 personas

CREMA CATALANA

Ingredientes:

- 1 L leche
- 0,200 kg azúcar
- 1 ud ramita canela
- 40 gr maizena
- 10 yemas de huevo / 0,200 kg
- 1 ud limón (cáscara)
- 1 ud naranja (cáscara)
- 60 gr azúcar para caramelizar



Elaboración:

Ponemos a hervir la leche en una cacerola grande junto con las ramas de canela, la cáscara de naranja y limón y el azúcar. **Asegúrate de no pelar la parte blanca de los cítricos, porque puede amargar la preparación.**

Mientras esperamos a que hierva la leche, en un bol mezclamos las yemas, la maizena y dos cucharadas de leche fría de la que se está calentando. Batimos con unas varillas **hasta que no queden grumos.**

Cuando empiece a hervir la leche, retiraremos del fuego y colaremos para extraer la ramita de canela y las cáscaras de cítricos. Vertemos la leche caliente al bol de yemas y maizena y mezclamos bien con las varillas.

Volvemos a poner la mezcla al fuego en la misma olla en la que hemos hervido la leche. Esta vez a fuego medio y sin dejar de remover con las varillas. Cuando la mezcla esté **ligeramente espesa** y haya hervido durante 30 segundos, retiramos del fuego y la vertemos en recipientes individuales con un cazo. Los reservamos y dejamos que se enfríe en la nevera o en el abatidor.

Emplatado:

Una vez tenemos la crema fría y cuajada, espolvoreamos el azúcar por encima y quemaremos con un soplete hasta caramelizar toda la parte superior

.