

ESPAÑA 10€

iHOLA!

NÚMERO EXTRAORDINARIO

especial **cocina**

471 recetas

para disfrutar cocinando

gastronomía española

los secretos de
los grandes chefs

fiestas y banquetes

platos únicos y sorprendentes

dieta mediterránea
menús caseros, fáciles
y sanos para todo el año

escuela de cocina
para niños... y mayores





nº 248



lasaña con jamón y espárragos

ingredientes

8 láminas de pasta fresca, 2 manojos de trigueros, 150 g de jamón serrano, 250 g de *parmigiano reggiano* rallado, 250 g de bechamel, 1/2 cebolla, aceite de oliva, sal, pimienta negra

elaboración

Preparar la pasta fresca según la receta. Cortar la cebolla y los espárragos en daditos y sofreír en una sartén con aceite de oliva a fuego lento. Cortar el jamón en daditos y saltearlo en otra sartén con una gota de aceite. Añadir los espárragos con la cebolla y completar con un poco de bechamel. En una bandeja de horno, hacer una base con la bechamel y montar capas alternando la lámina de pasta con la salsa de espárragos y jamón y el *parmigiano* rallado. Acabar espolvoreando con el *parmigiano* y hornear durante 20 minutos a 160 °C.

nº 249



rosetas napolitanas

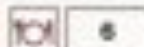
ingredientes

1 lámina de pasta fresca, 300 g de mozzarella de búfala, 250 g de ricota, 250 g de tomates secos, 18 hojas de albahaca, 60 g de *parmigiano reggiano*, sal, pimienta, 200 g de salsa de tomate

elaboración

Una vez preparada la lámina de pasta, rellenar haciendo capas, empezando por la ricota; seguir con el resto de ingredientes. Enrollar, envolver con *film* de cocina y dejar reposar en la nevera un rato. Cortar el rollo de pasta en rodajas de 1,5-2 cm y colocar en una bandeja de horno con la salsa de tomate y espolvorear con *parmigiano reggiano* rallado. Hornear durante 10 min a 180 °C.

nº 250



canelones con ricotta y hierbas

ingredientes

250 g de ricota de búfala, 70 g de espinacas frescas, 40 g de *parmigiano reggiano* rallado, sal, pimienta, *raet* moscada

elaboración

En un cuenco, echar la ricota, las espinacas frescas trituradas, el *parmigiano* y mezclar. Salpimentar al gusto y echar una pizca de *raet* moscada. Si la ricota no fuera de búfala, añadir un hueso para que, con la cocción, coja más consistencia. Cortar la lámina de pasta fresca en rectángulos y darles una brevísima cocción en una olla con agua hirviendo; dejar secar encima de un paño. Rellenar los canelones con la preparación y colocarlos en una bandeja de horno; cubrir con la bechamel. Espolvorear con *parmigiano reggiano* rallado y hornear a 180 °C durante 15 minutos.



nº 251



lasaña de boletus y salchichas *paso a paso*

ingredientes

4 láminas de pasta fresca, 500 g de boletus, 300 g de salchicha fresca, 500 ml de bechamel, 300 g de *parmigiano reggiano* rallado, 40 g de perejil, sal, pimienta negra, aceite de oliva

1

EL RELLENO. En una sartén con un poco de aceite de oliva y el ajo picado, saltear las salchichas desmenuzadas hasta que esté en su punto. Salpimentar; añadir los boletus y saltear. Añadir la bechamel y dejar enfriar. Espolvorear por la superficie el perejil picado.

2

MONTAR Y HORNEAR. En una bandeja de horno montar la lasaña, empezando con una base de salsa. Ir alternando capas de láminas de pasta, salsa y *parmigiano reggiano*. Cuando esté acabado de montar, hornear durante 20 minutos a 160 °C.



1



2



3

n° 247

TCM

e

lasaña con gambas *paso a paso*

Ingredientes

600 g de colas de gambas peladas
1 diente de ajo
600 g de tomates cherry
1/2 vaso de vino blanco
300 g de mozzarella de búfala
Aceite de oliva virgen extra
1 guindilla roja
Cebollino
Albahaca
Hierbabuena
Perejil

1

LA SALSA DE TOMATE. Cubrir el fondo de una sartén con aceite de oliva y sofreír el ajo. Añadir los tomates cherry cortados por la mitad, salpimentar y dejar cocer hasta que tengamos una salsa.

2

LAS GAMBAS. En otra sartén, sofreír más ajo en aceite de oliva y saltear las gambas. Salpimentar, añadir el vino blanco, dejar evaporar unos pocos minutos y añadir las

hierbas aromáticas (albahaca, hierbabuena, el perejil y el cebollino trituradas).

3

MONTAJE Y HORNEADO. Montar la lasaña en una fuente de horno empezando por una capa de salsa de tomate, seguida de la lámina de pasta, otra vez la salsa de tomate, las gambas aromatizadas con las hierbas y la mozzarella de búfala y seguir. Hornear durante 15 minutos a 160 °C.



ACADEMIA DEL GUSTO

Así de acertado es el nombre de esta prestigiosa escuela de cocina italiana ubicada en Madrid (www.academiadeltaste.es). En la foto, su directora, Nicoletta Negri, que la concibió como una plataforma para difundir la gastronomía italiana en España.

nº 245

10

4

la besamel

ingredientes

20 g de harina, 20 g de mantequilla,
300 ml de leche tibia
(o agua, si se quiere más ligera)

elaboración

En un cazo, deshacer la mantequilla y mezclar con la harina hasta que se dore. En el fuego, añadir la leche tibia poco a poco sin dejar de remover y batir con las varillas hasta que quede un compuesto liso y homogéneo. Salpimentar y aromatizar con uvas moscadas rallada, cebollino, perejil o albahaca.

la pasta perfecta
trucos fáciles

para estirarla a máquina ■ Al pasar la masa por receta nº 125 por la máquina de pasta, mezclar con la harina un poco de sémola para que no se pegue.

para congelarla ■ Hacer «rodos» de 70-80 g, enrollando con un tenedor grande la pasta, y colocar los montoncitos, separados, en una bolsa de plástico y congelar.

para que no se pegue ■ Antes de cortar en láminas, dejar secar unos minutos.

para decorarla ■ Antes de estirarla, colocar sobre ella unas hierbas aromáticas, poner otra lámina encima y estirar hasta unir las dos capas. Usar para lasañas.

para colorearla ■ Añadir 30 g de harina y entre 30 y 50 g de espinacas, calabaza, tomate seco, orégano, etc... según el color que se quiera obtener.

nº 246

10

4

cómo hacer pasta fresca

paso a paso

ingredientes

250 g de harina para pasta fresca,
2 huevos orgánicos, sal

1 **Masa.** Poner la harina en la encimera y hacer un hueco en el centro. Añadir la sal y los huevos y remover con un tenedor hasta que los ingredientes empiecen a mezclarse.

2 **Amasado.** Seguir amasando con las manos hasta conseguir una masa homogénea y lisa.

3 **Estirado.** Dejarla reposar un rato y luego empezar a estirarla doblandola sobre sí misma varias veces hasta conseguir una lámina fina.



canelones con frutos de mar

paso a paso



1

ingredientes

100 g de gambas, 40 g de canelones pequeños, 250 g de ricota de búfala, 250 g de tomates cherry, 1 huevo, 1 diente de ajo, 1 lima, 1/4 vaso de vino blanco, sal, pimienta, perejil



2

1 **EL RELLENO.** En una sartén echar el aceite de oliva con el ajo y dorar ligeramente. Añadir los calamarcitos y las gambas. Saltear unos minutos, salpimentar y regar con el vino blanco, que dejaremos evaporar. Añadir el perejil picado y dejar enfriar. Triturar bien las gambas y los calamarcitos con su salsa y mezclar con la ricota, añadir un huevo y mezclar con la ralladura de lima.

2 **MONTAJE Y HORNEADO.** Mientras tanto, preparar y cocer las láminas de pasta. Rellenar los canelones y colocarlos en una bandeja de horno. Cubrir con los tomates cherry troceados en cuartos y el perejil. Hornear durante 15 minutos a 180 °C.



roseta a la boloñesa

paso a paso



1

ingredientes

1 lámina de pasta de lasaña, 300 g de ricota de búfala, 50 g de espinacas frescas, 200 g de jamón cocido, 100 g de permigiano reggiano rallado, sal, pimienta, nuez moscada

1 **PREPARACION.** Hacer la lámina de pasta fresca; hervirla unos minutos en agua salada y dejarla enfriar. En un cuenco aparte, mezclar la ricota con el parmesano y las espinacas cortadas muy pequeñas. Salpimentar al gusto y echar un poquito de nuez moscada.



2

2 **RELLENO Y HORNEADO.** Coger la lámina de pasta, cubrirla con la mezcla de ricota y hacer una capa con el jamón cocido. Enrollar bien la lámina sobre sí misma y meter en la nevera a enfriar. Cortar en rodajas de 1,5-2 cm de grosor y colocarlas en una bandeja de horno. Alfilar con besamel suave y permigiano reggiano. Calentar en el horno a 160 °C durante 15 minutos, dando un golpe de gratinado al final.



saquitos con almejas
y azafrán
paso a paso

ingredientes

para la pasta ■ 3 huevos, 120 g de harina, 300 ml de leche, sal, pimienta, cebollino, aceite de oliva virgen para el sofrito ■ la corteza de 1 lima, 400 g de almejas, 1 diente de ajo, 250 g de ricota de lactada, 1 g de hebras de azafrán, perejil, sal, pimienta, aceite de oliva virgen extra, 1/2 de vaso de vino blanco
para la salsa ■ 1 diente de ajo, 600 g de tomates cherry, sal, pimienta, aceite de oliva

1 **LA MASA.** En un cuenco echar los huevos y remover. Añadir poco a poco la harina sin hacer grumos; añadir la leche y sazonar. El resultado tiene que ser un compuesto liso. Poner a calentar una sartén antiadherente con unas gotas de aceite y, con papel de cocina, extenderlo por el fondo. Cuando esté bien caliente, echar la mezcla de crepeño una tacita de café y muy rápidamente evaporar por todo el fondo.

2 **EL RELLENO.** En una sartén calentar el aceite y sofreír el ajo. Añadir las almejas y mojar con el vino blanco. Dejar evaporar y terminar la cocción de las almejas. En otra sartén, poner aceite y la corteza de lima cortada en tiras, sazonar al gusto, añadir el azafrán y cocinar justo 2 minutos. Limpiar las almejas enteras, dejando unas 6 por comensal. Cortar en 2/3 trocitos las almejas sin conchas, mezclarlas con la ricota y la corteza de lima picada en virutas. Picar el perejil y añadir. Rellenar los saquitos, atar con un hilo de cebollino o perejil y ponerlos en una fuente de horno.

3 **LA SALSA.** Cubrir el fondo de una sartén con aceite de oliva y sofreír el ajo. Añadir los tomates cherry cortados por la mitad, sazonar y dejar cocer hasta que tengamos una salsa.



Pasta al horno

Descubrimos los secretos de la cocina italiana de la mano de la Accademia del Gusto. Éstas son las claves para obtener los platos más exquisitos.