

EBOOK NAVIDAD



¡Recetas de Navidad!



CÓCTEL DE MARISCO

INGREDIENTES (4 PERSONAS)

- 25 langostinos cocidos
- 4 rodajas de piña al natural
- 2 cogollos de lechuga
- 24 mejillones la vapor
- 1 aguacate
- Salsa rosa

PREPARACIÓN

- En un bol añadir 9 langostinos pelados y troceados, lechuga picada en juliana, piña en dados pequeños, los mejillones cortados, el aguacate picado en dados
- Mezclar todo bien
- En copas individuales, añadir parte de la mezcla, decorar con 4 langostinos por copa, con salsa rosa (casera) y un poco del jugo de piña.
- Se puede decorar con perejil por encima

PREPARACIÓN SALSA ROSA

- 1 huevo cocido
- 100g de queso fresco batido
- 2 cucharadas de tomate
- 2 cucharadas de zumo de naranja
- 1 cucharadita de zumo de limón
- 1 cucharadita de vinagre de manzana
- Pizca de sal



¡Recetas de Navidad!

BROCHETAS DE HUEVO DE CODORNIZ

BROCHETA 1

Ingredientes

- Huevos de codorniz
- Langostinos cocidos
- Aceitunas
- Alcaparras
- Mahonesa casera

BROCHETA 2

Ingredientes

- Huevos de codorniz
- Dados de salmón ahumado
- Salsa tartar



¡Recetas de Navidad!

CANAPÉS FRIOS

MANGO CON JAMÓN A LA PLANCHA

INGREDIENTES

- Lonchas de jamon serrano a la plancha
- Dados de mango
- Uvas negras

RODAJAS DE PEPINO CON HUMMUS

INGREDIENTES

- Rodajas de pepino
- Hummus de garbanzos
- Pimentón
- Semillas de sésamo



¡Recetas de Navidad!

ENSALADAS

ENSALADA DE ENDIVIAS

INGREDIENTES

- 6 endivias
- 1 granada
- 2 puñados de nueces
- 150 g de queso roquefort
- 150 ml de leche
- Vinagre balsamico

- Mezclar en un bol el queso con la leche y reservar.
- Cortar las endivias en tiras finas, añadir la granada, las nueces peladas y añadir la salsa de queso.
- Decorar con vinagre por encima

ENSALADA DE AHUMADOS

INGREDIENTES

- 250 g de canonigos
- 100 g Bacalao ahumado
- 100 g Salmón ahumado
- 1 aguacate
- 2 puñados de nueces
- Vinagreta

- Mezclar en una ensaladera todos los ingredientes y arreglar con vinagreta



¡Recetas de Navidad!

CREMA DE CASTAÑAS

INGREDIENTES

- 500 g de castañas
- 1 o 2 puerros
- 600 ml de caldo de pollo casero
- 1 vaso de leche entera
- 1 cucharadita de AOVE
- sal

PREPARACIÓN

- Cocer en agua las castañas 10-15 minutos, previamente pelarlas para que se ablanden.
- En una cazuela poner el caldo de pollo y añadir el puerro troceado en juliana, añadir la leche y la sal, cuando rompa a hervir bajar a medio fuego y añadir las castañas (estarán casi puré) unos minutos para que se integren los sabores.
- Dejar que repose un poco y se temple para meter la batidora y obtener la crema (si ha quedado muy denso añadir más caldo de pollo).
- Decorar un chorrito de aceite de oliva virgen extra y servir caliente



¡Recetas de Navidad!

VICHYSOISE DE CALABACÍN Y PUERRO

INGREDIENTES

- 1 calabacín
- 2 puerros
- 4 patatas
- 50 mL de AOVE
- 50 g de mantequilla
- 700 mL de caldo de pollo o de verduras casero
- Sal/pimienta
- Nuez moscada

PREPARACIÓN

- Picar el puerro y el calabacín
- En una cazuela añadir el AOVE con la mantequilla y sofreír uno 10 min con la mezcla de puerro y calabacín.
- Añadir el caldo, las patatas peladas y salpimentar.
- Lo dejaremos cocer unos 20-25 min

- Transcurrido ese tiempo, triturar todo junto y añadir un poco de nuez moscada y volver a triturar
- Servir caliente, si se desea decorar con cebollino picado



¡Recetas de Navidad!

TOSTADA DE GUACAMOLE

INGREDIENTES

-Guacamole:

- 1 aguacate
- 1/2 tomate
- 1/3 cebolla morada
- zumo de 1/2lima
- cilantro y sal

-Nueces

-Tostadas de pan 100% integral

PREPARACIÓN

-En tostadas de pan integral fresco o tostado, untar guacamole y decorar con nueces previamente peladas y picadas



¡Recetas de Navidad!

TOSTADA DE MARISCO

INGREDIENTES

- lechuga picada
- 10 langostinos cocidos o pulpo
- 2 rodajas de piña
- 1/2 aguacate
- 1/2 cebolla morada
- Mahonesa casera
- Tostadas integrales

PREPARACIÓN

- En una picadora de verduras (manual o eléctrica) añadir los ingredientes de uno en uno y reservar en un bol
- Mezclar los ingredintes junto con un poco de mahonesa casera y reservar 20 min en el frigorífico
- En las tosddaas ir poniendo un poco de la mezcla



¡Recetas de Navidad!

PASTEL DE VERDURAS

INGREDIENTES

- 250 g Bimi o Brócoli
- 6 Tomates cherry
- 1 Cebolla
- 2 Vasos de leche
- 3 Huevos
- Pimienta
- Nuez moscada

PREPARACIÓN

- Hacer el bimi/brócoli al vapor y reservar
- Cortar la cebolla y los tomates en rodajas
- Engrasar un molde y colocar las verduras una encima de la otra
- Batir la leche con los huevos y añadir la pimienta con la nuez moscada e incorporar la mezcla por encima de las verduras
- Meter 15 min al microondas y a comer!!!



¡Recetas de Navidad!

MERLUZA A LA MARINERA

INGREDIENTES

- 4 rodajas de merluza
- Media cebolla, opcional: 1 trozo de pimiento rojo
- 1 copa de vino blanco (150 ml)
- 1 cucharada de salsa de tomate
- Media cucharada de pimentón dulce
- 5 ó 6 dientes de ajo picado
- 1 hoja de laurel
- Perejil picado,
- Aceite de oliva,
- Sal y pimienta
- 12 langostinos crudos o unos mejillones o almejas

PREPARACIÓN

- En una cazuela freír el pescado ligeramente enharinado.
- Solo lo sellar un momento por las dos caras y retirar.
- En la misma cazuela pochar la cebolla picada con el pimiento y los ajos
- Cuando esté sofrito, añadir el laurel, el pimentón y, al momento, una cucharada de tomate, y dejar que reduzca un minuto.
- En esa salsa poner la copa de vino y dejar evaporar.
- Cuando reduzca el alcohol poner las rodajas de merluza junto con los langostinos.
- Los mejillones abrirlos al vapor en cazuela aparte (y reservar)
- La cazuela mover en vaivén para que la merluza y los langostinos se liguén bien (en sabor y salsa)
- No necesita mucha cocción, si no el pescado se pasa
- Al final añadir los mejillones y espolvorear con un poco de perejil picado



¡Recetas de Navidad!

MEDALLONES DE SOLOMILLO EN SALSA DE FRAMBUESAS

INGREDIENTES

- Medallones de solomillo (2 por persona)
- Salsa de frambuesas
 - 1 Cebolla blanca
 - 3 dátiles sin hueso
 - 150g Frutos rojos
 - 100ml Vino de Oporto
 - 200 ml caldo de verduras casero
 - Pimienta negra molida
 - Sa
 - Aceite de oliva virgen Extra
 - Mantequilla

PREPARACIÓN

- Pelar y cortar finamente la cebolla y los dátiles.
- Calentar un par de cucharada de aceite de oliva virgen extra en una cazuela y pochar la cebolla con los dátiles a fuego muy suave durante 10 minutos.
- Añadir los frutos rojos o del bosque. Yo utilizo frutos congelados
- Subir la potencia del fuego y cuando alcance el punto de ebullición, regar con el vino de Oporto, dejar reducir.
- Añadir el caldo de verduras y llevar nuevamente a ebullición.
- Cocer durante 10 minutos a fuego medio antes de triturar y pasar por un chino
- Hacer el solomillo a la plancha
- Emplatar con la salsa en el plato, se puede decorar con frambuesas por encima



¡Recetas de Navidad!

BOMBONES DE AVELLANAS

INGREDIENTES

- 1/2 tableta de chocolate negro del 85%
- 100/150g de avellanas tostadas sin sal (almendras, castañas o nueces...)
- Puñado de bayas de goji
- Sal en escamas

PREPARACIÓN

- Derretir el chocolate al baño maría
- Agregar los frutos secos que quieras y remover bien para que se impregne
- En un papel de horno, vamos haciendo montañitas pequeñas con ayuda de una cuchara
- Por encima decorar con bayas de goji y escamas de sal
- Dejar enfriar en refrigeración 2 horas antes de consumir



¡Recetas de Navidad!

TURRONES CASEROS

TURRON ESTILO SUCHARD

INGREDIENTES

- 1 tableta de chocolate de 85%
- 25g almendra picada
- 25g avellana picada
- 25g arroz hinchado
- 1 cucharadita de aceite de coco
- Edulcorante al gusto (opcional)

PREPARACIÓN

- Picar los frutos secos en trocitos pequeños con un mortero
- Poner el chocolate a fundir al baño maría con una cucharada de aceite de coco
- Una vez que el chocolate esté derretido añadirle el edulcorante. Yo le he puesto unas gotitas de saborizante de vainilla.
- Añadirle al chocolate derretido el arroz hinchado y los frutos secos y revolver bien para que todo se mezcle
- Colocar la mezcla en un recipiente rectangular para darle la forma al turrón.
- Refrigerar por lo menos 2 horas, hasta que el chocolate se endurezca

TURRON CON FRAMBUESAS

INGREDIENTES

- 1 tableta de chocolate de 85%
- 1 cucharada de aceite de coco
- Quinoa hinchada (al gusto, puede ser otro cereal)
- Almendras
- Frambuesas

PREPARACIÓN

- Poner el chocolate a fundir al baño maría con una cucharada de aceite de coco
- En un bol echar la quinoa con la almendra (picada) y remover.
- Seguidamente añadir la mezcla derretida y mezclar bien todos los ingredientes.
- En un molde de silicona añadir la mezcla y decorar con frambuesas
- Refrigerar por lo menos 2 horas, hasta que el chocolate se endurezca



¡Recetas de Navidad!

TURRONES CASEROS

TURRON ESTILO COCO

INGREDIENTES

- 150g de coco rallado
- 50g de aceite de coco
- 4 dátiles sin hueso (de los normales, si son Medjool con 2 tenéis suficiente)
- 50g de chocolate negro (mín 80%)
- 5g de aceite de coco para la cobertura de chocolate

PREPARACIÓN

- Meter el coco rallado, el aceite de coco y los dátiles en la batidora o picadora tritularlo hasta que la masa sea homogénea.
- Meter la masa en un molde (hay de turrone) y apretar con los dedos
- Metedlo 15 min en el congelador.
- Mientras, derretir el chocolate negro en un bol junto a los 5g de aceite de coco en el microondas a potencia media un minuto (observar)
- Sacar el molde del congelador y añadir el chocolate por encima
- Meterlo a la nevera hasta que el chocolate endurezca.
- Desmoldar con cuidado y listo para degustar



¡Recetas de Navidad!

ROSCON DE REYES

Ingredientes (roscón pequeño)

- 215 gramos de harina integral de espelta/trigo
- 2 huevos
- 45 ml de leche
- 25 g de levadura fresca de panadero
- 50 g de aceite de oliva
- Pizca de sal
- 10 dátiles deshuesados
- Ralladura de una naranja y ralladura de un limón
- Un chorrito de agua de azahar.

PREPARACIÓN

- Disolver la levadura en la leche tibia. (no hirviendo).
- Una vez disuelta, mezclar aquí también los dátiles picados para que así se ablanden un poquito.
- Formar un volcán con la harina y mezclar con la leche, levadura y dátiles con la ayuda de una espátula.
- Añadir el resto de ingredientes y amasar con paciencia. Si se os pega mucho, enharinar las manos, aunque la masa sea algo pegajosa, se deja manejar muy bien.
- Cuando la masa esté elástica y blandita ponerla en un bol y tapar con un paño (1h). Debe doblar su volumen, ponerla cerca de algo que le de calor
- Una vez haya doblado su volumen, volver a amasar 2min para desgasificar y formar nuestro roscón.
- Poner algo redondo en el centro para dejar el agujero y volver a dejar una hora aprox.
- Precalentar el horno a 180°C. Decorar el roscón al gusto, pincelar con un poco de huevo batido y almendra laminada o pasas de uva o arándanos (frutas escarchadas).
- Hornear durante unos 20 min. o hasta que veamos que comienza a dorarse.
- Dejar enfriar, y a DISFRUTAR!!!



¡Recetas de Navidad!