

Acto Conmemorativo
2014 Año Internacional
de la **Dieta Mediterránea**

27 de Octubre



JUNTA DE ANDALUCÍA
CONSEJERÍA DE AGRICULTURA, PESCA Y DESARROLLO RURAL

Instituto Europeo de la Alimentación Mediterránea
Alimentando nuestro futuro

PROGRAMA

- 10:00** **Acreditación y Recepción de Invitados**
- 10:30** **Bienvenida e Inauguración**
Sra. Dña. Catalina Madueño Magdaleno.
Directora Gerente de la Agencia de Gestión Agraria
y Pesquera de Andalucía
- 10:45** **Proyección Video-documental del IEAMED**
"10 años de trabajo para el impulso de la
Alimentación Mediterránea"
- 10:55** **Ponencia**
Sr. D. Fernando Burgaz Moreno
Dtor. General de la Industria Alimentaria del
Ministerio de Agricultura, Alimentación
y Medio Ambiente
- 11:15** **Pausa Mediterránea** (Degustación de Fruta)
- 11:30** **Ponencia Magistral**
Dr. D. Lluís Serra Majem
Presidente de la Academia Española de Nutrición y
Ciencias de la Alimentación
- 12:10** **Ponencia**
Sr. D. Fernando Rueda García
Presidente de la Asociación Grupo Gastronómico
de Andalucía (Gastroarte)
- 12:20** **Clausura**
Excma. Sra. Dña. Elena Víboras Jiménez.
Consejera de Agricultura, Pesca y Desarrollo Rural.
Junta de Andalucía.
- 12:40** **Tradición y modernidad en la tapa andaluza**
Degustación de cocina mediterránea de la mano
de: Borja Arenas, Israel Ramos, Celia Jiménez,
Juan Andrés Morilla, Xanty Elías, Juan Carlos
Trujillo, Diego del Río y Willy Moya

2014

Año Internacional de la Dieta Mediterránea

El hombre no es el único animal que migra, pero sí es único animal que cocina y, cuando migra, se lleva consigo sus peroles; es decir, sus hábitos culinarios y productos con los que se une al lugar de donde partió, a su tierra. El Mediterráneo ha sido un mar cerrado 3.000 años en los que todas sus costas han conocido por guerras, comercio, conquistas, persecuciones y migraciones u otras razones a los habitantes de las restantes costas. 3.000 años de historia en la que sus visitantes de extremos dispares, llegaban, conquistaban, comerciaban... pero que también aportaban sus productos, haciendo del Mediterráneo un mar rodeado de países con una gran similitud de ingredientes y recetas aunque se llamen de formas distintas y estén pintadas de los matices locales o religiosos de cada uno; pero comunes. Ancel Keys en su Estudio de los Siete Países (1970) no descubrió la Dieta Mediterránea; solo le puso nombre a la forma de vida y a la alimentación tradicional de los pueblos de su cuenca durante siglos.

Según esto, la Dieta Mediterránea identifica a todos los pueblos de su cuenca por sus paisajes, métodos de cultivos, sus mercados con sus colores, olores y sabores; las técnicas de transformación y elaboración de sus alimentos, las tradiciones y culturas que de ellos han emanado, como sus proverbios, ritos, leyendas e incluso la forma de entender su realidad o la religión; no es tan solo una forma de vida saludable, es una forma de entender la vida, una emoción de sentirse ligado a un territorio, a una región, a una identidad, a un paisaje y la transformación de este que, durante generaciones, lo ha convertido en alimento, en la cocina tradicional de cada pueblo, de cada comarca o región de este mar nuestro -Mare Nostrum-, el Mediterráneo, generador de identidad y diversidad de culturas; es decir, es una valiosa herencia que nos ha sido transmitida durante generaciones y nos define cómo somos y a dónde pertenecemos. Estos son, sin duda, la base de la declaración por la UNESCO en 2010 de Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, refrendado en diciembre de 2013 y motivo de que el 2014 sea el Año Internacional de la Dieta Mediterránea.

Qué disfruten de la maestría de ocho cocineros, de ocho tapas, de ocho provincias: ocho bocados al paisaje andaluz.

CELIA JIMÉNEZ

Restaurante Celia Jiménez · Córdoba

LASCAS DE BACALAO CONFITADAS CON ÑOQUIS DE NARANJA Y ACEITUNAS

PARA EL LICUADO DE ENSALADA

80 gr de lechuga; 10 gr de canónigos; 10 gr de cebollino; Las semillas de 1 tomate; c/s de vinagre viejo de montilla; c/s de zumo de lima; c/s de sal; c/s de AOVE; c/s de xantana. Licuar la lechuga, los canónigos y el cebollino con las semillas de tomate. Agregar la lima, el vinagre y triturar. Emulsionar la mezcla con AOVE, poner a punto de sal y añadir la xantana hasta conseguir la textura deseada.

PARA LA CREMA DE COLIFLOR

200 gr de coliflor; c/s de AOVE; 1/2 cayena
Cocer en agua salada con un poco de leche para blanquear, triturar en la Thermomix con el AOVE. Enfriar y reservar.

PARA LAS LASCAS DE BACALAO CONFITADO

350 gr de lomo de bacalao; 500 gr de AOVE.
Envasar tacos de bacalao de unos 80-90 gr aproximadamente en bolsas individuales de vacío junto a 100 gr de aove. Cocinar en roner a 55° C durante 7 minutos. Enfriar las bolsas en agua con el hielo. Sacar las lascas y reservar.

PARA LOS ÑOQUIS DE NARANJA

60 gr de reducción de naranja; 400 gr de puré de patata; 40 gr de agua; 30 gr de kuzu; 4 gr de ralladura de naranja.
Mezclar los líquidos con el kuzu y disolver, agregar al puré de patatas y formar una masa. Trabajar al fuego hasta que se despegue del fondo. Un minuto antes de retirar, agregar la ralladura de naranja, colocar en mangas y reservar.

PARA LA PASTA DE ACEITUNAS NEGRAS

200 gr de aceitunas negras; c/s AOVE.
Triturar las aceitunas negras en la Thermomix y añadir el AOVE a hilo formando una pasta cremosa.

PARA LA EMULSIÓN DE NARANJA

250 gr de zumo de naranja; 25 gr de glucosa; c/s AOVE ar-bequina. Mezclar el zumo y la glucosa, y reducir a la mitad. Templar la mezcla y colocar en un bol amplio, añadir el aove a hilo emulsionando lentamente con varilla, reservar.

EMPLATADO

Regar la base con el licuado de ensalada; sobre estos, tres puntos de crema de coliflor, disponer las lascas de bacalao alrededor, colocar 3 ñoquis de naranja en el centro del plato y, sobre estos, un punto de pasta de olivas negras. En los bordes y el centro del plato agregar la emulsión de naranja y terminar con brotes tiernos y AOVE.



DIEGO DEL RÍO

Restaurante El Lago · Marbella (Málaga)

PORRA DE ALMENDRAS CON CABALLA MARINADA, HIERBABUENA Y UVAS

PARA LA PORRA DE ALMENDRAS

400 gr de almendras; Chapata y media; 600 gr de agua mineral; 600 gr de AOVE; 6 gr de sal; c/s de vinagre de Jerez. Triturar todo durante 5 minutos, menos el AOVE que se le incorpora al final poco a poco.

PARA LA CABALLA MARINADA

Caballas; c/s de sal gruesa; c/s de alga Kombu; c/s de mirin; c/s de vinagre de arroz; c/s de miso; c/s de miel mil flores. Deslomar las caballas, salar con sal gruesa y colocar sobre alga kombú durante 1 hora. Lavar y marinar a partes iguales de mirin y vinagre de arroz, cubriendo solo la carne y la piel hacía arriba durante 1 hora. Sacar, secar, envolver en kombu y congelar.

Antes de emplatar, pintar con miso y miel a partes iguales.

PARA LA HIERBABUENA

300 gr de agua mineral; 100 gr de azúcar; 2 ramas de hierbabuena; c/s de xantana.

Hervir, fuera del fuego infundonar la hierbabuena y, ya frío, la xantana.

OTROS

Uvas cortadas en rodajas, cuartos de rabanitos y cebollino picado.



Caballa
Scomber scombrus



Bacalao
Gadus morhua

ISRAEL RAMOS

Rte. Albalá · Jerez de la Frontera (Cádiz)

MOLLEJA DE TERNERA RETINTA CONFITADA EN MANTECA COLORÁ SOBRE HUMMUS

PARA LA MOLLEJA DE RETINTO (4 Personas)

4 mollejas de ternera retinta; 4 dientes de ajos; 1 cebolla; 1 dl de oloroso; 200 gr de manteca colorá; 1 dl AOVE; 1 hoja laurel; c/s de tomillo; c/s de sal y pimienta.

Desangrar las mollejas en agua con hielo. Limpiarlas y trocear. Picar el ajo y la cebolla y rehogar con el AOVE. Cuando el sofrito coja color oscuro, añadir las mollejas salpimentadas y dorar; una vez doradas, verter el oloroso y dejar reducir. Incorporar la manteca colorá -debe de cubrir todas las mollejas-, el laurel y el tomillo y se confita durante 20 minutos.

PARA EL HUMMUS DE GARBANZOS

400 gr de garbanzos cocidos; 2 cucharaditas de tahini; 3 cucharaditas de zumo de limón; 1 cucharadita de comino molido; 1 cucharadita de pimentón; 1 diente de ajo; 0,5 dl de AOVE; c/s de agua de la cocción de los garbanzos; c/s de sal. Triturar los ingredientes sólidos en la Thermomix. Añadir un poco del agua de la cocción para aligerar, se vierte el aceite para darle untuosidad y rectificar de sal. Reservar.

PARA EL PURÉ DE CEBOLLA MORADA

2 cebollas moradas; 50 gr de azúcar; 0,5 dl de AOVE.

Picar la cebolla y dorar en una olla con el AOVE a fuego bajo. Añadir el azúcar y dejar una hora hasta que caramelize. Triturar y pasar el puré resultante por el colador. Reservar.

PARA LA TIERRA DE BOLETUS

200 gr de pan de centeno; 300 gr de boletus; 50 gr de almendra en polvo; c/s de sal.

Secar en el horno los boletus a 60° C durante 8 horas y triturar para hacer una harina. Triturar el pan en la Thermomix, con pequeños toques al turbo para que se rompa de forma homogénea. Agregar la harina de boletus y de almendra, y mezclar bien con el pan. Poner a punto de sal. Reservar.

EMPLATADO

Poner varios puntos de hummus y varios trozos de molleja calentadas en la manteca. Disponer varios puntos desordenados de cebolla y espolvorear la tierra de boletus. Rociar algunas gotas del jugo de confitar las mollejas, un poco de sal en escama y decorar con algún brote de hierba.

Vaca Retinta. *Bos taurus*



GYOZA JAPO-ANDALUZA DE ESTURIÓN DE RIOFRÍO CON CALDO OSCURO IBÉRICO

PARA EL CALDO IBÉRICO

300 gr de jamón; 200 gr de panceta; 1 hueso canilla; 1 hueso jamón; 4 muslos de pollo; 1 kg de garbanzos ; 10 l de agua; 100 gr de grasa de jamón ibérico ; 10 kg de huesos de ternera; 5 l de vino tinto; 20 l de agua; 100 gr de kimchee base; c/s de xantana.

Dejar los garbanzos en remojo durante, al menos, 12 horas. Por otro lado elaborar un caldo de pringá con el jamón, la panceta, el hueso de canilla, el hueso de jamón, los muslos de pollo y el agua a fuego lento durante unas 4 horas. Colar e incorporar los garbanzos al caldo y dejar cocer otra hora y media a fuego lento.

Colar el caldo que posteriormente se emulsiona con la grasa del jamón ibérico. Elaborar un jugo tostando los huesos de ternera en el horno y, después, pasarlos a una olla con el vino tinto, dejándolo reducir a la mitad; después, agregar los 20 litros de agua, dejándolo reducir a una tercera parte y colar. Filtrar y juntar con el caldo de pringá. Colar con una superbag y añadirle el kimchee base. Al final se le da textura con xantana usando 7 gr por litro de salsa.

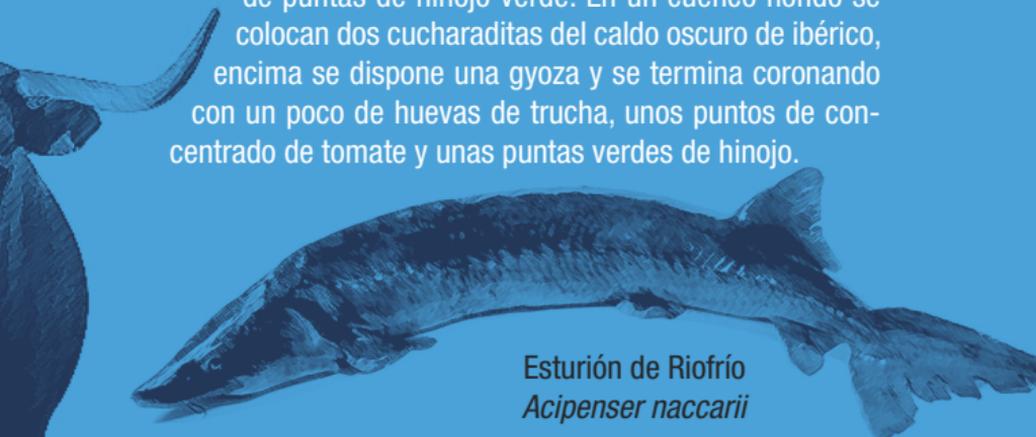
PARA LA GYOZA DE ESTURIÓN

1 puerro; 1 diente de ajo; 1 lomo de esturión; c/s de sal y pimienta; pasta de gyoza.

Hacer un sofrito con el ajo, el puerro y el esturión, todo picadito en daditos. Una vez hecho el relleno, se hacen las gyozas poniendo un poco del sofrito sobre estas y cerrándolas de la forma tradicional japonesa. Se cuecen al vapor durante 5 minutos en una vaporera de bambú.

EMPLATADO

c/s de concentrado de tomate; c/s de huevas de trucha; c/s de puntas de hinojo verde. En un cuenco hondo se colocan dos cucharaditas del caldo oscuro de ibérico, encima se dispone una gyoza y se termina coronando con un poco de huevas de trucha, unos puntos de concentrado de tomate y unas puntas verdes de hinojo.



Esturión de Riofrío
Acipenser naccarii

RAVIOLI DE JABALÍ CON SETAS Y GACHAS COLORÁ

PARA LOS RAVIOLIS DE CAZA

1/2 kg de paleta de jabalí; 1 pimiento rojo; 1 cebolla; 2 dientes de ajo; 2 cucharadas de tomate frito casero en aove; 50 gr de boletus picados; 50 gr de champiñones picados; 1 palo de canela en rama; El zumo y ralladura de una naranja; c/s de AOVE; 1 copa de vino tinto; 1 copa de fino D.O. Montilla-Moriles; c/s de agua; c/s de orégano, tomillo y romero; 10 hojas de pasta wonton; c/s de sal.

Calentar AOVE en una olla y añadir el jabalí en dados, dorar, retirar y reservar. Dorar a fuego moderado la cebolla, el ajo y el pimiento rojo y agregar las setas. Seguir pochando lentamente con el tomate, el pimentón y los aromáticos. Reincorporar el jabalí y cubrir con el zumo de la naranja, los vinos y el agua, y llevar a ebullición; guisar lentamente hasta que la carne quede tierna y melosa y la salsa bien reducida.

Retirar el palo de canela, desmigalar la carne y volver a cocer junto con el resto del guiso hasta que adquiera la textura de farsa o relleno. Reservar. A la hora del emplatado regenerar en el horno a 160° C hasta que estén bien calientes.

Escaldar en agua abundante con sal las hojas de pasta durante unos segundos y enfriar rápidamente en agua con hielo. Escurrir la pasta y secar bien. Disponer en cada hoja el relleno de jabalí y cerrar en forma de paquete. Reservar.

PARA LAS GACHAS COLORÁ

50 gr de harina de almortas; 2 cucharadas de AOVE; 2 ajos; 1 cucharadita de pimentón dulce; c/s de caldo de ave. Disponer en una sartén el AOVE. Cuando adquiera temperatura, añadir los ajos picados y dorar, después la harina y tostar, añadir el pimentón y, por último, el caldo, poco a poco, mezclando de manera que no queden grumos. Poner a punto de sal y dejar cocer lentamente unos 15 minutos.

OTROS INGREDIENTES

c/s de cebollino; c/s de germinado de guisante; 1 teja de queso.

EMPLATADO

En un plato hondo disponer en el fondo una cucharada de gachas bien calientes, sobre éstas, un ravioli de jabalí y coronar con el cebollino, la teja de queso y el germinado de guisante.



Jabalí
Sus scrofa

BORJA ARENAS

Rte. Alejandro · Roquetas de Mar (Almería)

DULCE DEL PARAÍSO

PARA EL DULCE

(para 8 pax)

1/2 l de leche

2 huevos

30 gr de almidón de trigo

60 gr de almendras

180 gr azúcar

Pelar, tostar y moler las almendras. Batir los huevos con el almidón y el azúcar. Añadir la leche y poner al fuego, haciendo el mismo proceso que para las natillas, dejándolo algo mas espesas. Disponer en una bandeja rodajas de bizcocho y calarlos con un almíbar que habremos hecho con el resto de azúcar. Sobre el bizcocho verter la crema caliente y espolvorear con canela molida.

PARA EL BIZCOCHO

225 gr de mantequilla

225 gr de azúcar

200 gr de huevo líquido

170 gr de harina

3 gr de levadura

1 gr de bicarbonato

20 gr de leche en polvo

Empomar la mantequilla, añadir el azúcar y comenzar a mezclar en la kitchenaid.

Añadir el huevo poco a poco y, después, los sólidos. Estirar en una placa y cocer a vapor a 100°C durante 38 minutos.



Almedras
Prunus
Almygdalus

PANIZO, PIPIRRANA DE ACEITUNAS Y BOQUERONES

PARA EL PANIZO

(para 50 tapas)

1 kg de harina de maíz; 100 gr AOVE; 20 gr de sal; 1 cucharada sopera de bicarbonato; 400 gr de agua con gas

Mezclar todos los ingredientes, dejar reposar en nevera al menos 30 minutos. Hacer pequeñas bolitas del tamaño de una pelota de golf, aplastarlas con las manos húmedas y freír en aceite de oliva humeante.

PARA LOS BOQUERONES EN VINAGRE

50 boquerones; 1/2 l de vinagre de arroz; 1 dcl de vinagre de jerez; 50 gr de azúcar; 20 gr de sal; 2 hojas de laurel; 1 cucharada de pimienta en grano; 3 dientes de ajo; 1 ramillete de perejil; 50 cl de AOVE

Limpiar los boquerones, sacando los filetes y reservar. Poner a hervir el vinagre con la pimienta, la sal, el azúcar y el laurel. Dejar atemperar el vinagre e introducir los boquerones durante 30 minutos. Sacar los boquerones del vinagre e introducirlo en el AOVE con el ajo y el perejil picado.

PARA LA PIPIRRANA

1,6 kg de tomate en rama; 150 gr de pimiento verde italiano; 100 gr de cebolleta; 50 gr de guindilla verde dulce; 1 diente de ajo; 150 gr de aceituna manzanilla; 150 gr de AOVE; 20 dcl vinagre de jerez.

Picar todos los ingredientes al tamaño deseado junto con 50 gr de las aceitunas; mezclar y aliñar.

EMPLATADO

Disponer sobre una pizarra un panizo y, sobre él, la pipirrana de aceitunas y el boquerón.



Boquerón
Engraulis encrasicolus

GAMBA BLANCA DE HUELVA, KIMCHI Y YOGUR DE CABRA

PARA EL KIMCHI

1.200 gr de col china
10 gr de guindilla roja
120 gr de sal
15 gr vinagre del Condado de Huelva
25 gr de AOVE Oleodiel
60 gr de alga wakame
50 gr de salicornia fresca

Limpiar bien la col, sazónarla bien durante una hora para que suelte todo el agua, después enjuagar y dejar secar. Una vez seca, añadir todos los ingredientes y dejar fermentar durante, al menos, una semana tapado y con un mínimo flujo de aire.

PARA EL EMPLATADO

250 gr de gamba blanca pelada
80 gr de yogur de cabra de leche natural
15 gr de zumo de lima
4 limas

Tras la fermentación, cortar muy fina la col y mezclarla con la gamba cruda, el zumo de lima y el yogur, disponiéndola sobre media lima listas para tomar.



Gamba blanca de Huelva
Parapenaeus longirostris

Parque Tecnológico de Andalucía
C/ Severo Ochoa, 38
29590 Campanillas, Málaga
(Andalucía, España)
Tfnos. + 34 951 042 157 + 34 677 903 215

Instituto Europeo de la Alimentación Mediterránea

Alimentando nuestro futuro



JUNTA DE ANDALUCÍA

CONSEJERÍA DE AGRICULTURA, PESCA Y DESARROLLO RURAL