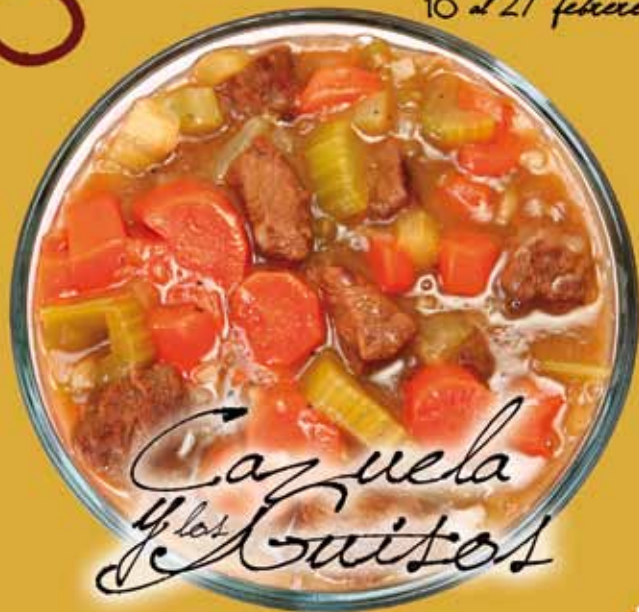


8<sup>ta</sup> Jornadas Gastronómicas  
18 al 27 febrero 2011



*Cazuela  
y los Sunitos*

*Libro de Recetas*

8<sup>as</sup> Jornadas Gastronómicas





*Cazuela  
y los Suizos*





## PRESENTACIÓN

La Asociación de Empresarios de Hostelería de Córdoba viene realizando una apuesta decidida por la promoción y el desarrollo de la gastronomía cordobesa, bajo los principios de la calidad en la presentación, en el servicio y en las materias primas que la deben caracterizar.

En esa línea de actuación se decidió realizar anualmente seis citas gastronómicas, en forma de jornadas gastronómicas específicas: la de la “gastronomía del ibérico del Valle de los Pedroches”, “gastronomía de la cerveza”, “gastronomía del ajo”, “gastronomía de la caza”, “gastronomía de las setas y los hongos” y además de la que hoy presentamos referida a la “cazuela y los guisos”.

La participación de cada vez más restauradores en estas jornadas nos anima a ahondar en el camino iniciado y así surge esta presentación de platos que contienen referencias de antaño, constituyendo recetas de la sabiduría popular y que con el buen hacer de nuestros cocineros y unas mejorables materias primas dan como resultado esta compilación de recetas, las mismas que durante la jornada gastronómica se podrán degustar en los distintos establecimientos de Córdoba y provincia, que explicadas en cuanto a sus ingredientes y elaboración, esperamos sean de utilidad en sus cocinas y les ayuden a recordarnos en sus futuras visitas a Córdoba.

Antonio Palacios Granero  
Presidente de Hostecor

# Índice de establecimientos

Hotel Castillo de Montemayor .....	8
Hotel Maimonides .....	10
Hotel MS Fuente las Piedras.....	12
Hotel MS Santo Domingo.....	15
Parador la Aruzafa .....	17
Restaurante Alcazaba de las Torres, Casa Matias y Fosforito .....	20
Restaurante Bar X.....	22
Restaurante Belsay .....	24
Restaurante Bodegas Campos.....	26
Restaurante Casa Palacio Bandolero.....	28
Restaurante Casa Pepe de la Judería.....	30
Restaurante Casa Rubio de la Judería .....	32
Restaurante Cuevas Romanas.....	34
Restaurante El Buey .....	37
Restaurante El Choto.....	40
Restaurante El Churrasco .....	42
Restaurante Hermanos Santos .....	44
Restaurante La Gamba de Oro .....	46
Restaurante Los Patios .....	48
Restaurante Puerta Sevilla .....	50
Restaurante Rancho Grande.....	52
Tresculturas Restaurante .....	54

Taberna Casa Bravo.....	55
Taberna La Cazuela de la Espartería.....	57
Taberna La Galga.....	59
Taberna La Montillana.....	61
Taberna Restaurante Los Chopos.....	64
Taberna Salinas.....	66
Taberna Sociedad de Plateros Mº Auxiliadora.....	68
Tapagonia.....	70



# CASTILLO DE MONTEMAYOR



## SOBREHUSA

### Ingredientes:

Habas verdes  
Cebolla  
Ajos  
Ajetes  
Cilantro  
Huevo  
Vinagre  
Caldo

### Elaboración:

Se sofríen una cebolla, ajo y ajetes picados y se añaden las habas verdes; se rehogan. Se añade agua y se deja hervir hasta enternecer echándole un poco de cilantro. Una vez tiernas, se bate un huevo con un poco de vinagre y a esto se le añade caldo.

## BACALAO CONFITADO CON GUIZO MELOSO Y EMULSIÓN DE CÍTRICOS

### Ingredientes:

#### Para el guiso meloso:

500 grs. de tripas de bacalao  
600 grs de cebolla  
100 grs. de tomate  
Pulpa de cinco ñoras  
1/2 l. de caldo de pescado

#### Para el bacalao confitado:

1 lomo de bacalao  
Aceite de oliva

#### Para la emulsión:

100 mls. de zumo de naranja  
100 mls. de zumo de limón  
2 yemas de huevo

### Elaboración:

Se confita el bacalao en aceite de oliva y mientras se va preparando el guiso meloso y la emulsión de cítricos.



# CASTILLO DE MONTEMAYOR



## GUISO GITANO

### Ingredientes:

700 grs. de patatas  
200 grs. de judías verdes  
1/2 cucharadita de pimentón  
2 morcillas de cebolla  
1 tomate

1/2 pimiento verde  
1/2 cebolla  
100 cc. de aceite de oliva  
1 pizca de sal

### Elaboración:

Se sofríe cebolla y cuando se ponga transparente, se añade tomate, las judías verdes y las patatas troceadas en cuadrados y la sal. Cuando se doren las patatas, se añade el pimentón y se fríe unos segundos para que no amargue. Se añade a continuación agua o caldo de carne y se cuece lento. Se agregan las morcillas cuando queden 5 minutos de cocción para las patatas, evitando así que revienten.

# EUROSTARS MAIMONIDES

## CARDOS CON ALMEJAS Y GAMBAS

### **Ingredientes** (6 personas):

1 kg. y medio de cardos  
3 dientes de ajos  
50 grs. de cebolla  
Perejil  
1 cucharada de tomate  
1 cucharada de maicena  
50 grs. harina  
1 dl. aceite y sal  
500 grs. almejas  
250 grs. gambas

### **Elaboración:**

Se parte el cardo en trozos pequeños quitándole las hebras. Se echa en una cacerola con agua hirviendo y sal durante unos 40 minutos. Se pone la cebolla picada y el ajo, se pocha todo, se echa el tomate, se añade la maicena disuelta en dos cucharadas de agua fría. Se rehoga y se añaden los cardos y un poco de agua de la cocción de los cardos. Se deja cocer durante 15 minutos, se le añaden las gambas y las almejas y se dejan durante cinco minutos hasta que abran las almejas. Se deja reposar 1 minuto y se sirve espolvoreándolo con perejil.

## GUISO DE CIERVO

### **Ingredientes** (4 personas):

900 grs. carne ciervo  
6 cebollas - 6 dientes ajo  
2 hojas laurel - 1 l. vino tinto  
150 grs. almendras tostadas  
2 pimientos secos - 1 cucharadita tomillo  
1 cucharón aceite oliva  
1 cucharadita de orégano  
1 rama perejil - Sal

### **Elaboración:**

Cortar el ciervo en trozos pequeños y regulares. Se ponen los pimientos secos en agua templada durante 1/2 hora, para luego con un cuchillo raspar su pulpa. Reservar con el vino tinto. Se deja la carne en adobo durante toda la noche. Se cortan las cebollas en juliana, los ajos se pelan y se dejan enteros. En una cazuela con aceite, se rehogan las cebollas, los ajos, el tomillo y el orégano. Cuando este bien pochado, se añade la carne y el laurel. Se deja rehogar. Se hace una picada con los ajos, las almendras tostadas y la pulpa. Se añade la picada al guiso también se le pone un poco de vino del adobo. Se deja cocer durante 20 minutos. Transcurrido este tiempo, se le añade un poco de agua, el suficiente para cubrirlo y se deja cocer hasta que el ciervo este tierno. Rectificar la sal.

# EUROSTARS MAIMONIDES

## CARRILLADA IBÉRICA AL VINO TINTO

### **Ingredientes (4 personas):**

Con patatitas de temporada  
confitadas

900 gr carrillada

½ botella de vino tinto con cuerpo

1 cebolla

½ zanahoria

¼ puerro

100 gr hongos

Aceite oliva

1 cucharada pimentón

### **Elaboración:**

Doramos la carrillada por ambos lados y reservamos. En el mismo aceite pochamos la cebolla, zanahoria y puerro, cuando este pochado añadimos las carrilladas, rehogamos, añadimos una cucharada de pimentón y el vino tinto, dejamos cocer durante 20 minutos, cubrimos con agua, rectificamos de sal y dejamos cocer durante una hora a fuego moderado. Cuando esta tierna la carrillada, sacamos, añadimos los hongos, dejamos cocer durante 15 minutos para que reduzca un poco y trituramos la salsa. Incorporamos las carrilladas y damos un último hervor de 10 minutos. Le acompañamos de unos dados de patatas confitadas a fuego lento en aceite de oliva.

## COCIDO

### Ingredientes:

2 huesos de testuzo  
200 grs. de carne de vacuno  
200 grs. de carne de gallina  
100 grs. de tocino fresco  
100 grs. de tocino añejo

500 grs. de garbanzos  
100 grs. de patatas  
60 grs. de judías verdes  
60 grs. de zanahorias  
Sal al gusto

### Elaboración:

Se pone a hervir el agua en una olla grande y honda con los huesos, el tocino y la carne. Cuando el agua esté hirviendo, se agregan los garbanzos (que deben estar en remojo desde la noche anterior). Se deja hervir todo, quitándole la espuma negra que se forma. Cuando la espuma que le sale sea blanca, se deja hervir hasta que esté hecho el caldo, que será cuando esté muy blanco. Una vez hecho el caldo, se le agrega al guiso patatas partidas a cascos y verdura del tiempo, zanahoria, Judías verdes, etc. Se deja hervir a fuego lento hasta que la verdura esté tierna. Finalmente se sazona de sal al gusto. Del cocido se sacan tres platos: El caldo, el cocido y la pringá. El caldo que se saca siempre antes de echar al guiso las patatas y las verduras y con el que se pueden elaborar diferentes sopas; el cocido (garbanzos, verduras y patatas o que se toma como primer plato y la pringá que son las carnes y tocino que cada comensal se sirve en su plato y donde se parte muy menudo para entremezclarlo.

## HABICHUELAS CON ALMEJAS

### Ingredientes:

250 grs. de habichuelas  
blancas  
250 grs. de almejas  
1 Tomate rojo  
1 Pimiento  
1 Cebolla mediana  
2-3 Dientes de ajos  
1 Rebanada de pan

½ Cucharita de comino  
1 Vaso de vino blanco  
1 Clavo  
Azafrán  
Aceite de oliva virgen extra  
Sal al gusto

### Elaboración:

Se dejan las habichuelas en remojo desde la víspera. El agua del remojo se tira y las almejas se lavan muy bien y se dejan en agua con unas gotas de vinagre o sal para que pierdan la mayor cantidad de arena (si tuvieran). Se hace un sofrito con la cebolla y los ajos, una vez dorados, se le añade algo de agua (o caldo) y un vaso de vino blanco, el clavo, el comino y la rebanada de pan, dejándolo cocer unos diez minutos a fuego lento. Después se aparta y se vierte todo en un mortero, se labra hasta hacer una pasta homogénea y se aparta. En una cacerola se cuecen las habichuelas con agua templada, el tomate y el pimiento hasta que estén casi tiernas. Si es preciso se le puede añadir agua, pero siempre fría y muy lentamente, para que no pierdan el hervor. En este momento, se le echan las almejas, el azafrán y el majado, se deja hervir unos quince minutos, se prueba de sal y se deja reposar brevemente antes de servir.

## CALLOS A LA ANDALUZA

### Ingredientes:

400 grs. de garbanzos  
1 dl. de aceite de oliva  
4 Ajos  
1 Cebolla pequeña  
1 Cucharada de pimentón dulce  
1 Cucharada de pimentón picante  
1 Tomate rojo

100 grs. de chorizo  
100 grs. de morcilla  
250 grs. de callos de cerdo  
250 grs. de patas de cerdo

### Elaboración:

Se echan los garbanzos en agua la noche anterior. A la mañana siguiente se ponen a hervir en agua con un buen chorreón de aceite de oliva, el tomate, la cebolla y la cabeza de ajos y el pimentón. Lavar bien los callos y las patas, quemar al fuego los pelos si los tuviera, trocear en trocitos pequeños y añadir a la olla, todo en crudo. Cuando estén tiernos los garbanzos, los callos y las patas, se aparta, se les echan los trozos de chorizo y morcilla y se deja cocer un poco más.



## CAZUELA DE FIDEOS CON PESCADO Y MARISCO

### Ingredientes (4 personas):

1/4 kg. de almejas  
1/4 kg. de gambas  
1/4 kg. de rosada o atún fresco  
1/4 kg. de fideos gordos (n° 4)  
1 cebolla pequeña  
3 ó 4 dientes de ajo  
1 Ramita de perejil  
1 Tomate mediano  
1 Pimiento verde mediano

Pimienta negra en grano  
1 ramita de hierbabuena  
Azafrán  
Aceite de oliva  
Sal

### Elaboración:

Se ponen las almejas al fuego en una cacerola con un litro y cuarto de agua, hasta que se abran, se sacan se cuele el agua y se reserva. Se separa la almeja de la concha. Con el agua de las almejas, se hace un caldo de pescado con las cabezas de las gambas y alguna raspa o restos de pescado. Mientras se corta la cebolla, pimiento y ajos se sofríe y cuando estén dorados se añade el tomate, pelado y troceado, colamos el caldo de pescado y le agregamos el sofrito en la cazuela dejándolo hervir cinco minutos a fuego lento. Agregamos los fideos y se deja hervir otros 15 minutos, cuando lleve 10 minutos se prueba de sal, se le agrega el azafrán, la rosada troceada, las almejas y las gambas peladas. Hay que evitar que se quede sin caldo, pudiéndose añadir el que se precise, la retirarla del fuego se pone encima la rama de hierbabuena y se tapa para que coja el aroma, si se quiere le podemos añadir unos boquerones o sardinitas pequeñas abiertas, que se hacen con el mismo vapor mientras está tapada.



## POTAJE DE GARBANZOS ROCIERO

### Ingredientes (4 personas):

400 grs. de garbanzos  
 1 dl. de aceite de oliva  
 1 Cabeza de ajos  
 1 Cebolla pequeña  
 1 Pimiento verde  
 1 Tomate rojo  
 400 grs. de chorizo  
 400 grs. de morcilla

### Elaboración:

La víspera ponemos los garbanzos en remojo, los ponemos a hervir añadiendo con un poquito de aceite el tomate, la cebolla, el pimiento, y la cabeza de ajos, todo en crudo. Cuando estén tiernos los garbanzos, se apartan y se le añade el chorizo y la morcilla a trozos, y se deja hervir para que espese el caldo.

## ESPINACAS CON GARBANZOS

### Ingredientes (4 personas):

1 kg. de espinacas  
 200 grs. de garbanzos cocidos  
 1 Rebanada de pan  
 1 Cebolla y 3 ó 4 ajos  
 1 Cucharadita de pimentón dulce  
 Comino molido  
 1 dl. de vinagre de vino  
 1 dl. de aceite de oliva y sal

### Elaboración:

En un perol se fríen la rebanada de pan y se reservan, se fríen los ajos y se reservan, en el mismo aceite se fríe la cebolla partida menuda y cuando está dorada se añaden las espinacas que estarán ya hervidas, cuando estén mareadas se agregan los ajos machacados en mortero con un poco de sal y pimienta, se le añade un poco de pimentón y con todo esto se dejan marear las espinacas un poco más añadiendo los garbanzos y poquito de vinagre, cuando esté mareado se añaden las rebanadas de pan previamente ablandadas con agua y machacadas en mortero. Se deja hervir hasta que reduzca la salsa, es optativo poner un poco de comino.



## CAZUELA DE FIDEOS CON ALMEJAS

**Ingredientes (4 personas):**

1/2 kgs. de almejas  
1/2 kgs. de alcachofas  
1/2 kgs. de habas  
1 tomate  
2 patatas  
200 grs. de fideos  
1 cebolla  
2 ajos

Perejil  
Azafrán  
Pimentón  
Hierbabuena  
Aceite  
Sal

**Elaboración:**

Se sofríen en aceite de oliva los tomates pelados y sin pepitas, los ajos, el perejil y la cebolla. Cuando esté terminado el sofrito, se le añade el pimentón y se vuelca todo en una cazuela junto con las alcachofas (de las que se habrán retirado las hojas duras), las habas sin su vaina y las almejas (bien lavadas y sin ningún resto de arena). Se rehoga todo hasta que se abran las almejas. Entonces se vierte la cantidad adecuada de agua y sal, así como azafrán para que adquiera color. Se cuece todo hasta que las habas estén tiernas. Se agregan los fideos y algunas patatas peladas y cortadas en trozos medianos. Se hierve a fuego lento hasta que los fideos estén en su punto, pudiéndose añadir agua caliente, si se ve que el guiso queda demasiado espeso. Una vez apartado del fuego, se adereza con hierbabuena.

# NACIONAL LA ARRUZAFÁ

## GURULLOS CON CONEJO

### Ingredientes (4 personas):

1 conejo de 1 kg. aproximadamente  
2 tomates maduros  
1 cebolla  
1 pimiento verde  
1 pimiento rojo seco  
2 patatas  
200 grs. de judías blancas cocidas  
200 grs. de gurullos

3 dientes de ajo  
1/2 vaso (de los de agua)  
de aceite de oliva  
Unas hebras de azafrán  
Sal

### Elaboración:

Se pone una cazuela de barro con aceite al fuego. Cuando el aceite esté caliente, se fríen en él los ajos pelados y el pimiento seco, se sacan y se ponen en el mortero. En el mismo aceite se echan los trozos de conejo previamente sazonados, se le dan unas vueltas y se echa la cebolla y el tomate picado. Cuando la cebolla esté dorada, se cubre con agua y se deja hasta que empiece a hervir; entonces se echan las patatas y, a los 10 minutos, las judías blancas y los gurullos, se condimenta con sal y azafrán y se deja cocer unos 10 minutos más. Se sirve inmediatamente.

**Para hacer los gurullos:** Se prepara una pasta a mano con 150 grs. de harina, un poco de agua, aceite y sal, y se amasa dejándola a punto de panadero. Se divide la masa en pequeñas porciones y se moldean como fideos de unos 4 mm.

**ALUBIAS ESTOFADAS CON CODORNIZ****Ingredientes (4 personas):**

350 grs. judías blancas

2 codornices

1 cebolla mediana

1 pimiento verde

1 cabeza de ajo

1 zanahoria

1 hoja de laurel

1 cucharada pimentón dulce

5 cucharadas aceite de oliva

Sal

**Elaboración:**

Remojar las judías en agua fría durante 8 horas. Escurrirlas y ponerlas en una olla cubiertas con agua fría, la mitad de la cebolla, la cabeza de ajos, el laurel y sal. Acercarlas al fuego. Lavar las codornices, secarlas y salarlas por dentro y por fuera. Calentar el aceite en una sartén y freír las codornices y la cebolla restante picada, hasta que se doren ligeramente. Agregar el pimentón, dar unas vueltas e incorporar todo a la olla con las judías. Regar con el caldo, salar ligeramente y cocer tapado a fuego suave durante 2 horas, o hasta que las judías y las codornices estén tiernas. Cortar las codornices por la mitad o en 4 trozos cada una y servir a continuación.

# ALCAZABA DE LAS TORRES MESON RESTAURANTE CASA MATIAS TABERNA RESTAURANTE FOSFORITO



## CAZUELA VEGETAL

### Ingredientes:

2 zanahorias  
1 calabacín  
200 grs. de espárragos verdes  
2 puerros  
4 alcachofas  
200 grs. de coliflor  
2 tomates  
100 grs. de pasta vegetal  
(espirales, macarrones.. etc.)  
1 l. de caldo de pollo  
Aceite - Sal

### Elaboración:

Poner el caldo de pollo a calentar. Entretanto picar todas las verduras y cuando el caldo rompa a hervir incorporarlas con la pasta vegetal, dejar 20 minutos y listo.

## CHANFAINA

### Ingredientes:

1kg. de hígado de cerdo  
5 dientes de Ajo  
1 cebolla - 1 rebanada de pan  
1 cucharita de orégano  
1 ramita de tomillo  
1 cucharita de pimentón-dulce  
1 vaso de vino Montilla-Moriles  
Aceite de Oliva - Sal - Pimienta

### Elaboración:

Se ponen a freír los ajos enteros, la cebolla troceada y la rebanada de pan. Se doran y se reservan. En el mismo aceite se frie el hígado ya troceado y salpimentado, se agrega el orégano y tomillo y el pimentón, seguidamente el vino y el agua, dejamos hervir hasta que este cocinado y tierno. Pasamos por la batidora los ajos, la cebolla y el pan con un poco de caldo de la cocción. Agregamos esto al guiso y dejamos que hierva durante un cuarto de hora con cuidado que no se pegue y listo.

# ALCAZABA DE LAS TORRES MESON RESTAURANTE CASA MATIAS TABERNA RESTAURANTE FOSFORITO



## GUISO DE PATATAS CON MANITAS DE CERDO

### Ingredientes:

Para la cocción de las manitas:

6 manitas de cerdo  
1 cebolla  
1 zanahoria  
1 puerro  
1 ramita de apio  
1 ramita de tomillo  
2 hojas de laurel  
1 vaso de vino  
3 clavos de olor  
Pimienta en grano  
Sal y agua

Para el guiso de patatas:

1 cebolla  
2 dientes de ajo  
1kg. y medio de patatas  
1 cucharita de pimentón  
1 tomate picado  
Aceite  
Azafrán en hebras  
Sal  
Caldo de la cocción

### Elaboración:

Partir las manitas por la mitad a lo largo, ponerlas a hervir con agua durante ½ hora. Tirar el agua y volverlas a poner con todos los ingredientes de la cocción hasta que estén tiernos. Retiramos del fuego y deshuesamos.

**Para el guiso:** Picar la cebolla y los dientes de ajo, pocharlo, con el aceite, agregar las patatas troceadas, el pimentón, el azafrán, la sal y el tomate. Sofreír e incorporar al caldo de la cocción, dejar hervir 15 minutos, agregarle las manitas troceadas y deshuesadas, dejar 10 minutos más en el fuego y listo.



## COCIDO TRES VUELCOS

### Ingredientes (6 raciones):

600 grs. de garbanzos  
300 grs. de morcillo  
1/2 gallina (pechuga, muslo)  
2 huesos de canilla  
100 grs. de tocino entreverado  
100 grs. de tocino blanco

### Relleno:

3 huevos batidos  
200 grs. de miga de pan

150 grs. de morcilla  
2 zanahorias  
1/2 repollo  
5 l. de agua  
50 grs. de fideos finos

1 cucharadita de perejil  
2 dientes de ajo muy picadito  
6 hebras de azafrán

### Elaboración:

Poner 2 litros de agua fría con los huesos, el tocino y las carnes durante 60 minutos a fuego moderado. Retirar la espuma que se forma en la superficie. Agregar los garbanzos (dentro de una red) las zanahorias y una cucharada de sal rasa. Mantener la cocción, con el recipiente tapado, durante 60 minutos más. En otro recipiente con agua hirviendo cocer el repollo, la morcilla con media cucharada de sal durante 20 minutos. Batir los huevos, mezclar con la miga de pan, el perejil, el azafrán y los dientes de ajo picados y hacer un relleno en forma de gran croqueta. Freírla en aceite caliente y hervirla luego en el puchero de las carnes durante 5 minutos. En otro recipiente colar todo el caldo de hervir las carnes y la cuarta parte del caldo de hervir el repollo. Llevar a ebullición y cocer los fideos. El servicio clásico del cocido se efectúa en tres vuelcos.

- 1 - Sopa de fideos en primer lugar.
- 2 - Garbanzos con las verduras escurridas.
- 3 - Carnes relleno y embutidos troceados en tantos pedazos como comensales.



## JUDIONES CON PERDICES ESCABECHADAS

### Ingredientes (4 personas):

3/4 kg. de judiones - 2 perdices  
2 cabezas de ajos - 3 hojas de laurel  
4 cucharadas de aceite de oliva  
100 mls. de vino blanco - 50 mls. de vinagre de vino  
1 cebolla - 1/2 cucharadita de tomillo  
1 cucharadita de perejil - Sal - Pimienta en grano

### Elaboración:

Se pelan y se limpian bien las perdices. En una cacerola se pone el aceite a calentar cuando este caliente, se doran las perdices; una vez doradas, se retiran del fuego y se reservan en un plato. Se quita casi todo el aceite de la cacerola y se vuelven a poner las perdices con las cebollas peladas y picadas en trozos grandes, el tomillo, el laurel, el perejil y los dientes de ajo. Se echan unos granos de pimienta y se rehoga todo durante cinco minutos. Se añade entonces el vino blanco y el vinagre, se tapa la cacerola y se deja durante 10 minutos a fuego mediano; pasado este tiempo, se añade agua para que cubra justo las perdices. Se salan y se cuecen tapadas, a fuego lento, durante más o menos 1 hora (depende de lo tiernas que sean las perdices). Poner las judías en una olla de barro, cubiertas de agua fría hasta que den el primer hervor; refrescarlas y añadirles la perdiz, y mantenerlas a un fuego moderado. La sal no debe ponerse hasta que las judías no estén cocidas. Manténgase un fuego lento hasta servir.

## ESPINACAS CON BACALAO

### Ingredientes:

500 grs. de bacalao  
1 Kg. de espinacas  
1 cebolla  
6 ajos - 2 tomates  
Laurel - Aceite  
Pimentón - Sal

### Elaboración:

Ponemos aceite en una cazuela, sofreimos los ajos con la cebolla, el tomate -pelado y troceado- y una rebanada de pan frito, añadiéndole el bacalao -troceado y desalado- y las espinacas troceadas; a continuación hacemos un majado con ajo, cominos, pan frito y pimentón. Todo esto se añade a las espinacas y se deja cocer al menos media hora.

## CARRILLADA DE CERDO IBÉRICO EN SALSA

### Ingredientes (4 personas):

1 kg. y medio de carrillada  
1/2 kg. de cebolla  
1/2 kg. de zanahoria  
1/2 kg. de tomate triturado  
Harina y aceite de oliva  
Pimienta molida y sal  
1/2 l. de vino tinto  
1 cucharadita de café de  
pimentón dulce y agua

### Elaboración:

Se limpia la carrillada de impurezas y pieles, se salpimenta y se enharina, en aceite bien caliente se fríe y se reserva. En una olla honda que quepa bien se le añade aceite del sofrito de la carne, se pica la cebolla y la zanahoria a taquitos y se pochán, cuando este transparente la cebolla se le añade el tomate y se marea todo, una vez sofrito se le añade el pimentón, se marea y se le añade el vino. Cuando empieza a hervir le añadimos la carrillada y lo terminamos de cubrir de agua, y lo rectificamos de sal. A fuego moderado hasta que este tierna para comer, la podemos servir con unas patatas a tacos fritas.

## CAZUELA DE CHIPIRONES CON HABITAS Y AJILLOS TIERNOS

### Ingredientes (6 raciones):

1.200 grs. de chipirones  
1 kg. de habitas tiernas  
6 manojos de ajillos tiernos  
1 guindilla  
Aceite de oliva  
Sal  
1 copa de vino de moriles  
Pimienta negra molida

### Elaboración:

En una cazuela de barro se pone aceite en abundancia y cuando esté caliente se le añaden las habas, los ajos, la guindilla, sal y pimienta, cuando este a medias de hacer se le añaden los chipirones se les marea un poco con la verdura y se le añade el vino y se deja cocer por espacio de cinco minutos y se sirve.



## OLLA VIEJA DE JUDÍAS PINTAS CON NÍSCALOS Y CARNE DE ORZA

### Ingredientes (4 personas):

500 grs. de niscalos

300 grs. de judías pintas secas

Carne de orza (costilla de cerdo,  
lomo, chorizo)

150 grs. tomate picado

1 cebolla picada

3 ajos secos picados

Grasa de orza

2 cucharadas soperas de harina

Sal y pimienta

### Elaboración:

En una olla vieja a ser posible de barro ó hierro colado se le añade grasa de orza, cuando este la grasa caliente (este guiso debe de hacerse a temperatura ó fuego moderado) se le fríe la cebolla, los ajos y el tomate picado se le añade la pimienta y algo de sal, a continuación se le añaden los ingredientes de orza troceados y los niscalos troceados también, se remueve y se sofríe por espacio de cinco minutos. Se le añaden las judías que las tendremos remojuadas desde el día anterior, se cubre todo de agua y un dedo más y se deja cocer durante el tiempo necesario y a fuego lento hasta que estén las judías tiernas y mantecosas.

## CARDOS NATURALES CON PERDIZ

### Ingredientes:

600 grs. de cardos  
1 perdiz  
2 dientes de ajo  
Vino blanco Moriles  
Aceite  
Vinagre  
Caldo de pollo  
Sal  
Cebolla  
Laurel

### Elaboración:

Cocemos los cardos con agua, sal y unas gotas de limón. Con la cebolla, unas gotas de vinagre, el laurel y el aceite encebollamos la perdiz. Una vez hecha la perdiz, reservamos el caldo. Con aceite, ajos, cardos de caldo y cardos de perdiz se hace una crema, una vez probado de sal se echan los cardos cocidos y la perdiz desmenuzada. Se pone todo a cocer cinco minutos.

## ALCACHOFAS CONFITADAS CON JAMÓN

### Ingredientes:

600 grs. alcachofas  
100 grs. jamón ibérico  
25 grs. de ajo  
100 grs. de aceite de oliva  
100 grs. de vino

### Elaboración:

Limpiamos las alcachofas y las preparamos para cocerlas con agua, limón y sal, a fuego lento. Después hacemos una crema con aceite de oliva, ajos, vino y el caldo de alcachofas. Una vez hecho el caldo introducimos las alcachofas y cuando estén tiernas las preparamos para emplatarlas con finas láminas de jamón.

## ARROZ DE RABO DE TORO

### Ingredientes:

100 grs. de arroz bomba  
4 grs. laminados  
75 grs. de rabo de toro guisado (1 nudo por persona)  
200 grs. de jugo de carne  
50 grs. de salsa de rabo  
Espárragos verdes cocidos  
Pimiento rojo y verde picado

### Elaboración:

**Preparación de la salsa de rabo de toro:** Poner a calentar la salasa de rabo de toro y aligerar con el jugo de carne hasta conseguir la textura deseada. Guisar los nudos de rabo de toro y dejar levantados con salsa de rabo de toro.

**Preparación de arroz:** Saltear los pimientos rojos y verdes, las laminas de ajo y aceite de oliva virgen. Añadir el fondo de arroz, el arroz y rehogar moviendo bien. Añadir la salsa de rabo de toro y dejar cocer 18 minutos. Sacar del fuego y dejar reposar durante 5 minutos, dentro del horno a 150 grados. Se dejará reposar finalmente 5 minutos más. Se coloca el arroz guisado en una cazuela y encima dos trozos de rabo caramelizado en su jugo. Para decorar colocar dos puntas de espárragos verdes cocidos.

## ARROZ CON FESOLS INAPS

### Ingredientes:

400 grs. de arroz  
1/4 kg. de alubias  
1/4 kg. de nabos  
1/2 kg. de cardos  
4 patatas  
4 manitas de cerdo  
1/4 kg. de tocino  
1/4 kg. de ternera  
1/4 kg. de costillas  
4 huesos de cerdo  
4 morcillas  
1 cebolla  
5 l. de agua  
Sal  
Colorante  
1 cucharita canela  
Pimienta

### Elaboración:

Poner una olla con el agua y echar todos los ingredientes menos la morcilla y el arroz y dejarlo hervir 2 horas a fuego lento. Después probar de sal y echar la morcilla y el arroz y dejar 20 minutos más.

## RIÑONES DE CERDO CON PANCETA, CHAMPIÑONES Y ZANAHORIAS AL VINO DE OPORTO

### Ingredientes:

1 kg. de riñones  
1/4 kg. de panceta  
1/2 kg. de champiñones  
100 grs. de zanahorias  
1 cabeza de ajos  
1 cebolla  
Tomillo  
1/2 l. vino Oporto

### Elaboración:

Limpiamos bien los riñones y sacamos la grasa. Añadir sal, agua y vinagre. Apartar en una bandeja. Poner el resto de los ingredientes en una olla menos el vino y pochar. Añadir los riñones y dejar 15 minutos. Echar el vino y hervir 45 minutos junto con 2 litros de agua a fuego lento. Terminar de sal.

## SOLOMILLO IBÉRICO DE CERDO RELLENO DE SETAS CON LÁMINAS DE JAMÓN Y SALSA ESPAÑOLA Y GUARNICIÓN DE FIDEOS POCHADOS Y PERA AL VINO

### Ingredientes:

2 solomillos ibéricos  
1/4 kg. de setas  
4 láminas de jamón  
10 huesos de ternera  
1 cebolla  
1 cabeza ajos

1 hoja laurel  
2 cucharadas harina  
1/4 kg. de fideos  
4 peras  
1/2 l. vino Montilla - Moriles

### Elaboración:

Salsa: poner los huesos a gratinar en el horno con la cebolla y los ajos y el vino. Dejar 45 minutos. Retirar del horno y poner a hervir en una olla con 3 l. de agua y dejar reducir 1 hora. Terminar a gusto de sal. Cortar los solomillos en medallones y hacerle un agujero y rellenar con las setas que se habrán hecho antes en una sartén con cebolla y ajos y triturado. Hacerlos a la plancha vuelta y vuelta y terminar en el horno 7 minutos. Añadir la salsa y terminar el plato con los fideos y las lonchas de jamón por encima.

Guarnición: poner el vino con las peras y 4 cucharadas de azúcar, canela en rama y piel de limón. Dejar hervir 1/2 hora. Recomendamos estas peras para comer también como postre.

## ESTOFADO DE JABALÍ MACERADO AL VINO TINTO CON CHALOTA GLASEADA

### Ingredientes:

Jabalí  
Cebolla  
Laurel  
Tomillo  
Pimentón dulce  
Zanahorias  
Pimienta negra

Vino tinto  
Romero fresco  
Tomate natural  
Ajo  
Chalotas  
Azúcar  
Sal  
Aceite de oliva

### Elaboración:

Macerar en vino tinto de 8 a 10 horas la carne de jabalí con la cebolla, la zanahoria, el laurel, el ajo y el tomate. Escurrir todo y guardar el vino. Rehogar la verdura y añadir el vino. Cuando reduzca el vino, poner sal, pimentón dulce, tomillo y pimienta negra. Dejar cocer hasta que la carne esté tierna y terminar de sazonar. Para la guarnición, glasear la chalota en el horno con azúcar, mantequilla y caldo

**MARMITACO DE ATÚN Y GAMBAS****Ingredientes:**

Atún - Sepia  
Gambas - Puerro  
Pimiento rojo  
Pimiento verde  
Pimentón  
Colorante  
Ajo - Almendras  
Perejil - Patatas  
Pan frito - Aceite oliva  
Vino Montilla – Moriles

**Elaboración:**

Poner en una cazuela aceite de oliva, cebolla, ajo, pimiento verde y pimiento rojo todo picado en dados. Rehogar todo y añadir la sepia cortada en trozos y el vino. Cuando reduzca el vino, añadir las patatas. Cuando a las patatas les falten 8 ó 10 minutos, añadir el atún cortado en trozos y las gambas. Para terminar, poner una picada de ajo, perejil, pan frito y almendras.

**JUDIONES CON COSTILLA Y CARDOS DE TEMPORADA CON CRUJIENTE DE PANCETA****Ingredientes:**

Alubias - Costilla de cerdo  
Cardos - Zanahoria  
Puerro - Tomate natural  
Pimiento rojo - Pimiento verde  
Pimentón dulce  
Sal - Colorante  
Tocino fresco - Panceta  
Calabaza - Aceite de oliva

**Elaboración:**

Poner en la cazuela a cocer las alubias, costilla, tocino, pimiento rojo, pimiento verde, cebolla, laurel, pimentón dulce y colorante. Saltear en trozos pequeños la calabaza y los cardos y añadir al guiso. Para el crujiente de panceta: Cortar muy fina y hornear hasta conseguir un tostado perfecto y apartar.

## JUDÍAS PINTAS CON RABO DE TORO

### Ingredientes:

1 kg. de judías pintas  
2 kgs. de rabo de toro  
2 cebollas  
3 zanahorias  
4 tomates  
5 dientes de ajo  
1/2 kg. de patatas  
1 hoja de laurel  
20 grs. de pimentón dulce  
1/2 l. de vino tinto

### Elaboración:

Cortar la verdura en brunoise y rehogar en aceite de oliva junto con una hoja de laurel. Incorporar el rabo de toro cortado por sus articulaciones y el pimentón. Mojar con el vino y dejar reducir. Cubrir con agua y dejar cocer lentamente. A la mitad de cocción, incorporar las judías pintas remojadas y dejar 1,5 h. aprox. hasta enternecer el conjunto, añadiendo más agua si fuese necesario. Poner daditos de patata y salpimentar al gusto.

## CALLOS CON GARBANZOS

### Ingredientes:

1 kg. de garbanzos  
2 kgs. de callos de ternera  
250 grs. de chorizo  
2 cebollas - 3 zanahorias  
4 dientes de ajo  
1 cayena - 4 clavos  
20 grs. pimentón dulce  
300 mls. oloroso  
1 hoja laurel - 200 grs. jamón

### Elaboración:

Poner en remojo los garbanzos. Cocerlos con una hoja de laurel, tomate, zanahoria, puerro y cebolla. Reservar. Aparte, picar la cebolla, los ajos y la zanahoria en brunoise y rehogar junto con el laurel y unos granos de pimienta negra. Añadir los callos cortados, el jamón en brunoise, el clavo, la cayena y el pimentón y mover. Mojar con el oloroso y dejar reducir. Añadir agua y dejar cocer a fuego lento, removiendo de vez en cuando hasta que enternezcan. Unos diez minutos antes de terminar la cocción, incorporar los garbanzos y el chorizo picado. Poner a punto de sal.



## CORDERO AL ESTILO HARISSA CON COUS-COUS

### Ingredientes:

2 cebollas	30 grs. pimentón
2 pimientos rojos	15 grs. curry
4 pimientos verdes	20 grs. romero
1 guindilla	150 grs. cous-cous de verduras
C/s sal	2 kgs. cordero.
20 grs. cominos molidos	

### Elaboración:

Cortar la verdura en brunoise y rehogar con aceite de oliva. Cortar la carne en dados regulares y añadir. Incorporar las especias y añadir caldo que habremos obtenido de cocer los huesos de cordero tostados con una bresa. Dejar enternecer la carne y presentar con el cous-cous.

## GUISO DE SECRETO CON VIEIRAS Y BOULETUS

### Ingredientes:

Cebolletas frescas  
Cebollas  
Chalotas  
Setas shiitake  
Bouletus  
Secreto  
Lacón ahumado  
Vieiras

Ajo  
Perejil  
Azafrán  
Aceite de oliva  
Brandy  
Limón  
Sal y Pimienta

### Elaboración:

Una vez confitados los bouletus y las setas shiitake en aceite de oliva, se cortan a la mitad y en láminas. En un poco de aceite de confitar rehogamos la cebolleta fresca, cebolla, chalotas y ajo dejándolo pochar hasta que se oscurezca el fondo, damos un toque de azafrán añadiendo el secreto cortado en tiras finas y flambeamos con Monte Cristo. Añadiremos el lacón ahumado y aumentaremos con agua y vino fino dejándolo reducir, una vez pasados 15 minutos le echaremos los bouletus y las setas dejándolos cocer 5-10 minutos, la olla debe estar tapada para favorecer la mezcla de sabores. Marcamos las vieiras al fuego con ajo, perejil y un toque de limón en aceite de bouletus. Estas se pondrán como terminación del guiso.

## CAZUELA DE POCHAS A LA MAR Y HUERTA

### Ingredientes:

Cebolla francesa

Ajos frescos

Puerros

Pimiento rojo a la leña

Alcachofas

Gambas

Almejas

Habas

Tomillo

Laurel

Clavo

Sal y Pimienta

Perejil

Fumé de rodaballo

### Elaboración:

Picamos la cebolla francesa, puerro, los ajos tiernos y los rehogamos en aceite de oliva. Pasados 15 minutos le añadimos vino blanco, agua y el fumé de rodaballo, este caldo servirá como fondo para cocer las alcachofas (limpias y cortadas en cuartos), blanqueándolas durante cinco minutos. Dejaremos cocer con laurel, clavo y tomillo hasta que la alcachofa le queden 20 minutos de cocción, entonces añadiremos las pochas y las habas salteadas. Mantendremos reposando durante 24 horas. Pondremos la ración en una cazuela a la que le sumaremos las almejas, las gambas y la cocochas para terminar su cocción en el horno a 165° durante 5 minutos

## ESTOFADO DE ATÚN CON ESPINACAS, SETAS DE CARDO Y TRUFA

### Ingredientes:

Pimiento rojo  
Pimiento verde  
Cebolla  
Pimientos de la Vega  
Patatas  
Espinacas  
Setas cardo  
Atún rojo

Ajo  
Vino oloroso  
Agua  
Sal  
Jengibre  
Pasas  
Nueces de Macadamia

### Elaboración:

Cortamos en cuarto de juliana la cebolla, el pimentón rojo, el pimiento verde, dándole un toque de jengibre. Marearemos añadiendo las pasas y nueces de Macadamia. Aumentaremos el sofrito con vino oloroso y agua suficiente para cocer las patatas cachelo, de manera que nos quede un estofado caldoso. Quedando 10 minutos de cocción de la patata añadimos el atún rojo cortado en dados regulares, anteriormente marcado en aceite de oliva junto a ajos, espinacas, lascas de trufa y una pizca de pimentón de la vera. Retirado el atún, pondremos al fuego el resto. Batiremos hasta montar, añadiéndole agua. Esta salsa se utilizara como terminación del plato.



## CAZUELA DE BACALAO A LA MANCHEGA

**Ingredientes (4 personas):**

800 grs. de Bacalao remojado

4 tomates

3 patatas

2 cebollas

3 pimientos rojos

2 dientes de ajo

1 vaso de aceite de oliva

1 cucharada de pimentón

4 huevos

4 rebanadas de pan

1 cucharada de perejil picado

1 vaso de agua

1 pizca de azafrán

Sal

**Elaboración:**

Al bacalao se le quita la piel y espinas, se desmiga y se reserva. Se hierven las patatas. Antes de que se acabe la cocción se retiran, se dejan enfriar, se pelan y se cortan en láminas. En una cazuela se dora la cebolla picada con un poco de aceite. Se añaden los pimientos y ajos cortados a dados, cuando tomen color, se añade el perejil y los tomates rallados. Cuando esté bien rehogado se añaden las patatas, el bacalao, el pimentón y el agua caliente y el azafrán picado. Corregir de sal. Cuando las patatas estén casi a punto, se añade el pan frito y se estrellan los huevos encima, se lleva al horno a temperatura alta para acabar la cocción.

## EL BUEY



### POTAJE DE ALUBIAS ROJAS CON BUEY

#### **Ingredientes (4 personas):**

400 grs. de Alubias  
150 grs. de morcilla de arroz de Burgos  
100 grs. de chorizos  
100 grs. de panceta ibérica  
1 cebolla  
1 cabeza de Ajo

1 ñora  
1 vaso de aceite de oliva  
Sal  
200 grs. de rabo de buey

#### **Elaboración:**

Se cuece el buey a la manera tradicional. Cuando alcance la mitad de la cocción se incorporan las alubias que las hemos tenido en remojo la noche de antes. Se añade la panceta y los ajos. Se le va añadiendo 3 o 4 veces un poco de agua fría para asustar las alubias y detener la cocción. A mitad de la cocción se introducen la morcilla y el chorizo. Se coge la ñora y se extrae la pulpa, que se habrá dejado en remojo durante una hora en agua tibia. En una sartén con aceite, se sofríe la cebolla picada y ñora. Cuando falten 15 minutos para que acabe la cocción, se añade el sofrito a las alubias. Se rectifica de sal y se deja cocer unos minutos.



## CALDEIRO DE ARROZ GALLEGO

### Ingredientes:

400 grs. de arroz  
4 dientes de ajo  
1 pimiento rojo  
1 pimiento verde  
2 hojas de laurel  
100 grs. de habitas  
100 grs. de colas de rape  
100 grs. de bacalao  
100 grs. de langostino

100 grs. de almeja de carril  
8 mejillones  
1/2 vaso de aceite  
Caldo de pescado  
1 cucharada de pimentón  
Unas hebras de azafrán  
Sal

### Elaboración:

En una caldera se rehogan ya picados el ajo, pimientos, y el laurel. Cuando estén pochados, se añaden las habitas y poco de caldo de pescado. Dejar cocer durante 10 minutos. Por otro lado se cortan las colas de rape y el bacalao en dados. Una vez pasados los 10 minutos, se incorpora el pimentón, el arroz, el caldo de pescado caliente. En mitad de la cocción, añadir el rape, el bacalao, los langostinos, las almejas y mejillones. Poner las hebras de azafrán y rectificar de sal. Dejar cocer hasta que el arroz esté aldente, unos 8 o 10 minutos más.



## CAZUELA DE CHOCO CON HABAS

### Ingredientes:

1 kg. de choco  
500 grs. de habas  
4 huevos  
5 dientes de ajo  
Pan - aceite  
Sal  
Pimentón  
Tomate  
Cebolla  
Pimiento  
Comino

### Elaboración:

Preparamos un sofrito. Dorar los chocos troceados, añadir las habas. En un mortero, los dientes de ajo, comino, pan frito, sal, hacemos un "majao". Terminamos decorando con un huevo estrellado.

## GUISO DE CHOTO AL AJILLO

### Ingredientes:

1 kg. y medio de choto  
100 grs. de ajo rojo  
1/2 l. de vino de Montilla  
Sal  
Pimienta negra  
Laurel

### Elaboración:

Troceamos el choto en pedazos de bocado. En un perol, sofreimos el choto hasta dorarlo, añadimos la sal, el ajo, la pimienta, el laurel y el vino de Montilla. Cubrimos de agua y cocemos a fuego lento 30 minutos sin dejar de mover la carne.





## GUISO DE ARROZ CALDOSO CON BOGAVANTE Y MARISCOS

### Ingredientes (4 personas):

- 1 Bogavante
- 4 medallones de rape
- Tomate
- Puerro
- Zanahoria
- Cebolla
- Fumé de pescado
- Sal
- Arroz

### Elaboración:

Abrimos el bogavante y reservamos el jugo y la carne. Cocemos las pinzas y con las cascaras y resto de ingredientes preparamos una salsa americana. En una cazuela doramos los mariscos, añadimos la salsa y el bogavante, cubrimos con fumé y cuando comience a hervir ponemos el arroz. Cocemos 20 minutos.

# EL CHURRASCO



## MARMITACO DE ATÚN ROJO

### Ingredientes:

150 grs. de atún rojo en dados gruesos  
300 grs. de patata en dados  
1 cebolla  
3 pimientos choriceros remojados  
1 pimiento verde picado  
3 tomates maduros

1 vaso de vino blanco  
Caldo de pescado  
2 dientes de ajo  
Perejil picado  
Sal  
Aceite de Oliva

### Elaboración:

Rehogar toda la verdura para hacer un sofrito. Una vez pochado añadir la patata y mojar con el caldo de pescado y el vino blanco. Una vez tierna la patata añadir el atún y cocer unos 3 minutos. Rectificar de sal y servir en cazuela con perejil espolvoreado por encima.

# EL CHURRASCO



## POCHAS CON ALMEJAS

### Ingredientes:

- 2 kgs. de Pochas
- 2 cebollas francesas
- 4 clavos
- 1 churada de pimentón de La Vera
- Sal y Pimienta
- 1 kg de almejas
- 4 tomates
- 2 o 3 dientes de ajo

### Elaboración:

Cocer las pochas a fuego medio con el clavo, la cebolla y el tomate pelado hasta que estén tiernas. Saltear las almejas con un poco de ajo picado y pimentón. Añadir al guiso de las pochas y dejar hervir hasta que se abran las almejas. Servir en una cazuela bien caliente.

## CORDERO AL ESTILO DE LA ABUELA

### Ingredientes:

- 1 kg. de jarrete de cordero
- 100 grs. de ajos
- 1/2 l. de vinagre de vino.
- Aceite de oliva
- 1 cucharada de pimentón dulce

### Elaboración:

Trocear el cordero en trozos gordos. Salpimentar y reservar. Freír los ajos en el aceite hasta que estén dorados. Sacar y reservar. Añadir el cordero y dorarlo en el mismo aceite. Triturar en la batidora los ajos con el vinagre y el pimentón y añadir de nuevo al cordero. Cocer a fuego lento hasta que la carne esté tierna. Acompañar con guarnición de patatas cubo.



## CAZUELA DE ESPINACAS

### Ingredientes:

Espinacas  
Ajos  
Aceite  
Comino  
Caldo blanco  
Pimentón  
Vinagre  
Rebanada de pan frito  
Sal  
Huevo

### Elaboración:

Se saltean las espinacas con ajo, sal y aceite. Aparte se hace un majado con un ajo frito, una rebanada de pan frito, comino, una cucharadita de pimentón, unas gotas de vinagre y un poco de caldo blanco. Todo esto se diluye bien y se le añade a las espinacas. Se mantiene al fuego unos 5 minutos pasados los cuales se le ponen un huevo encima y se escalfa al horno hasta que cuaje.

## CARRILLADA A LA CERVEZA

### Ingredientes:

Carrillada ibérica  
Aceite  
Sal  
Pimienta  
Ajos  
Cebollas  
Laurel  
Tomillo  
Pimienta en grano  
Cerveza

### Elaboración:

Se limpia la carrillada, se salpimienta, se enharina un poco y se pasa por aceite. Aparte en una cazuela se hace un sofrito con ajo, cebolla, laurel, tomillo y pimienta en grano. Cuando todo esté dorado se le añade salsa de tomate y la carrillada, se rehoga todo y se le pone la cerveza. Lo dejamos unos 5 minutos y las cubrimos de agua. Se deja al fuego hasta que estén.



## RABO DE TORO

### Ingredientes:

Rabos de toro  
Aceite  
Sal  
Ajos  
Cebollas

Tomates  
Zanahorias  
Pimienta en grano  
Vino blanco  
Vino tinto

### Elaboración:

Se trocea el rabo y se pone en agua. En una cazuela ponemos ajo, cebolla, zanahorias laurel, tomate maduro, pimienta en grano y tomillo. Se sofríe todo y se le añaden los rabos. Ponemos un vaso de vino blanco y otro tinto, lo dejamos todo guisando un poco, se cubren de agua y se dejan hasta que estén tiernos.

## CAZUELA DE ALBÓNDIGAS DE CHOCO Y GAMBAS

### Ingredientes:

Choco  
Gambas  
Ajo  
Cebolla  
Pan  
Perejil  
Huevo

Leche  
Pan rallado  
Sal  
Pimienta  
Blanca  
Salsa marinera

### Elaboración:

Limpiamos los chocos, cocemos, troceamos. Picamos las gambas. En una sartén se pocha el ajo y la cebolla. Mojamos la miga de pan en leche, escurrimos y reservamos. En un bol introducimos todos los ingredientes anteriores, le añadimos los huevos, sal, pimienta y el perejil picado. Lo amasamos hasta que nos quede una masa homogénea, hacemos las albóndigas, freímos y cubrimos con la salsa marinera.

# LA GAMBA DE ORO



## GUISO DE CORDERO LECHAL CON CHAMPIÑONES

### Ingredientes:

Pierna de cordero  
Champiñón  
Ajo  
Cebolla  
Tomillo  
Aceite de oliva virgen extra  
Sal  
Vino blanco  
Caldo blanco  
Pimentón dulce

### Elaboración:

Se deshuesa la pierna, se trocea, se sofríe, reservamos. Se limpian los champiñones y troceamos, reservamos. En una cazuela se sofríe el ajo y la cebolla, cuando este pochado se le añade la carne y el vino, se rehoga cuando reduzca se le añade el caldo blanco y el pimentón. Cuando le queden 15 minutos le añadimos los champiñones.

## CAZUELA DE RAPE CON SALSA DE CRUSTÁCEOS

### Ingredientes:

Fumé
Rape
Gambas
Ajo
Langostinos
Puerro
Cangrejos
Zanahoria
Almejas
Tomate
Aceite de oliva virgen
Vino blanco
Brandy
Sal

### Elaboración:

Limpiamos el rape, cortamos, marcamos y reservamos.

### Salsa de crustáceos:

En una cazuela ponemos el ajo, puerro, zanahoria y pochamos, le añadimos los crustáceos y el tomate, rehogamos, le ponemos el brandy y el vino blanco. Cuando reduzca le añadimos el fumé y lo tenemos 15 minutos cocinando. Batimos, colamos y reducimos. Le añadimos el rape, langostinos y almejas. Servimos.

## ZARZUELA DE PESCADO

### Ingredientes (4 personas):

100 grs. de mero  
100 grs. de rosada  
100 grs. de calamar  
100 grs. de pez  
100 grs. de gambas  
2 cabezas de ajo  
50 grs. de harina

1/4 de vino blanco  
1/4 de nata licuada  
50 grs. de tomate  
Caldo de pescado  
Perejil  
Aceite de oliva

### Elaboración:

Se limpia el pescado, y en un perol se fríe el ajo picado. Se le echa el pescado, y se flambea. Se añade la harina y el tomate, se rehoga. Se añade el caldo de pescado, la nata, el azafrán y sal al gusto. Cuando este hecha la zarzuela, le echamos perejil y se sirve en cazuela de barro.



## CORDERO A LA CALDERETA

### Ingredientes (4 personas):

2 piernas (aproximadamente 900 gr.)  
 2 cebollas  
 1 cabeza de ajo  
 4 hojas de laurel  
 1 cucharada de comino  
 1 cucharada de orégano  
 1 cucharada de pimentón dulce  
 1 vaso de aceite de oliva  
 1 vaso de vino blanco  
 1 vaso de vinagre  
 3 vasos de agua  
 Sal al gusto  
 Color o azafrán

### Elaboración:

En una cacerola se pica una cebolla a la juliana y se pocha. Le añadimos el cordero y todos los demás ingredientes (habiendo sido machacados previamente en un mortero), rehogándolos durante 30 minutos. Se sirve en cazuela de barro.

## BACALAO A LA VIZCAÍNA

### Ingredientes (4 personas):

600 gr. de bacalao al punto de sal  
 1 kg. de cebolla  
 4 pimientos choriceros  
 1 cabeza de ajo  
 2 vasos de vino  
 2 vasos de aceite de oliva  
 8 rebanadas de pan  
 Sal al gusto

### Elaboración:

Se pica la cebolla y los pimientos choriceros con las pipas quitadas. Se echa en un perol con 8 rebanadas de pan. Cuando esté todo bien frito, se tritura en la turmi, se trocea el bacalao y se hornea durante 30 minutos con la salsa que está hecha. Se sirve en cazuela de barro.

## LENTEJAS ESTOFADAS CON CODORNIZ Y CREAMOSO DE FOIE

### Ingredientes:

Lentejas - Codornices  
Cebolla - Zanahoria  
Patata - Ajos  
Laurel - Coñac  
Pimentón dulce  
Comino molido  
Jengibre - Azafrán  
Sal - Pimienta

### Elaboración:

Dorar las codornices en una cazuela al fuego con AOVE. Retirar y reservar. En ese mismo aceite, rehogar las verduras cortadas en brunoise junto con el laurel, unas hebras de azafrán, comino, pimentón y jengibre rallado. Añadir las aves y el pimentón y mojar con el coñac. Al reducir poner las lentejas y cubrir de agua. Dejar cocer a fuego medio, hasta entenercer. Incorporar patata en cachelitos. Salpimentar y presentar con una quenelle de cremoso de foie.

## CAZUELITA DE PATO CON ALCACHOFAS Y HIERBABUENA

### Ingredientes:

Mollejas y confit de pato  
Alcachofas  
Patatas  
Cebolla  
Piñones  
Oporto  
Caldo de verdura  
Sal y pimienta rosa

### Elaboración:

Rehogar la cebolla hasta oscurecer y añadir las alcachofas a cuartos. Saltear y poner los trocitos de pato. Flambear con el oporto y añadir las patatas en cachelos, los piñones y la pimienta rosa. Mojar con caldo, ponerle la hierbabuena y salpimentar.

## ARROZ MELOSO CON CONEJO, TRIGUEROS Y LIGAZÓN DE SU INTERIOR

### Ingredientes:

Arroz tipo bomba  
Conejo de campo  
Trigueros  
Cebolla  
Ajos  
Pimiento verde  
Choricero  
Caldo de conejo

Oloroso  
Laurel  
Tomillo  
Romero  
Orégano  
Sal y pimienta.

### Elaboración:

Deshuesar el conejo y poner a hervir los huesos con cebolla, laurel, puerro y unos granos de pimienta. Aparte, rehogar unos ajos con cebolla, almendras y unas hebras de azafrán junto con los higaditos del conejo y una ramita de perejil. Añadir vino tinto, dejar reducir y triturar con una parte del caldo si es necesario. Picar la cebolla, los ajos y el pimiento en brunoise y rehogar con el laurel en AOVE. Añadir los trozos de conejo deshuesado, dorar y tirar el vino.

Al reducir, y enternecer, poner el arroz, dar unas vueltas e incorporar la pulpa de choricero, los trigueros cortados a trozos regulares y los aromas. Mojar con el caldo de conejo y dejar cocer unos 13 min. Poner ahora, la salsita ligada, salpimentar y terminar la cocción del arroz.

# EL RANCHO GRANDE



## CAZUELA DE ESPINACAS CON JABUGITOS

### Ingredientes (4 personas):

Espinacas  
Jabuguitos  
Ajos  
Cebolla  
Pimienta molida  
Pimentón

Sal  
Una pizca de comino  
1 chorrito de vinagre  
1 chorrito de vino blanco  
Pan frito

### Elaboración:

Se cuecen las espinacas y se le escurre toda el agua. Se saltean con ajos y cebolla hasta que pierdan toda el agua. Se añade el resto de los ingredientes y se deja durante unos veinte minutos. A la hora de servir se ponen unos trocitos de jabuguitos braseados.

# EL RANCHO GRANDE



## CAZUELA DE CARRILLADA IBÉRICA

### Ingredientes (4 personas):

1 kg. de carrillada ibérica  
 250 grs. de cebollas  
 6 zanahorias  
 3 dientes de ajos  
 Aceite  
 Sal  
 Pimentón dulce  
 Pimienta molida  
 1/2 l. de vino blanco  
 Agua

### Elaboración:

Se sofríe la carrillada para sellarla y se le va añadiendo la verdura para elaborar el sofrito. Se condimenta con sal, pimienta y pimentón. Se añade el vino blanco y se deja unos cinco minutos a fuego medio. Se añade el agua y se deja cocer durante una hora

## CAZUELA DE CARDOS ESPARRAGADOS CON JAMÓN "5J"

### Ingredientes (4 personas):

500 grs. de cardos  
 200 grs. de jamón "5J"  
 300 grs. de cebollas  
 2 dientes de ajos  
 250 cls. de vino blanco  
 250 grs. de pan frito  
 Sal  
 Pimienta negra molida  
 1 cucharada de pimentón  
 1 cucharadita de azafrán  
 Agua o caldo

### Elaboración:

Se sofríe el ajo, la cebolla y se la añade el pan una vez frito. Se condimenta con sal, pimentón, azafrán y pimienta negra molida. Una vez rehogado se añade el vino blanco y el agua se deja cinco o diez minutos. Se tritura y se vuelca a una cazuela junto con los cardos y se deja un par de minutos para que se mezclen los sabores.

# TRECULTURAS RESTAURANTE

## JUDIONES DE LA GRANJA CON MANITAS DE CERDO

### Ingredientes:

250 grs. de judiones de la granja  
 100 grs. de chorizo fresco  
 1 morcilla  
 2 manitas de cerdo  
 1 oreja de cerdo  
 1 berza  
 Ajo  
 4 zanahorias  
 1 cucharada pimentón dulce  
 Aceite  
 3 patatas

### Elaboración:

Ponemos una olla con agua fría y se añaden las alubias remojadas una noche, el chorizo, las manitas y la oreja troceadas y lo dejamos cocer hasta que estén tiernas las alubias. Entre tanto freimos los ajos en un poco de aceite y le añadimos el pimentón, luego lo echamos sobre las alubias, al igual que la berza, la morcilla a rodajas y las patatas a cascós, una vez cocido todo le ponemos sal al gusto y lista para comer.

## CAZUELA DE HABAS CON CALAMARITOS

### Ingredientes:

200 grs. de habas  
 60 grs. de calamaritos  
 10 grs. de jamón  
 3 dientes de ajo  
 2 cucharadas de aceite de oliva

### Elaboración:

Calentamos el aceite, sofreimos los ajos picaditos, cuando doren le echamos los calamaritos, salteándolos para que cojan color sin pasarlos mucho, luego le ponemos el jamón y por último le añadimos las habas, salteándolas un poquito, y lo corregimos de sal. Este plato puede admitir un huevo frito al final según el gusto del comensal.



# CASA BRAVO

## RABO DE TORO

### Ingredientes:

Rabo de toro  
Cebolla - pimiento  
Ajo - perejil  
Laurel  
Pimienta negra  
Guindilla - pimentón dulce  
Vino blanco - vino tinto

### Elaboración:

Hacer un sofrito con pimiento, cebolla y ajo. Una vez esté bien pochado, triturar. En una cazuela grande poner un poco de aceite, añadir el rabo troceado, una hoja de laurel y pimienta negra. Freír durante 10 minutos y después añadir el sofrito triturado, un vaso de vino tinto, un vaso de vino blanco y agua. Añadir Sal. Hervir a fuego medio hasta que punzando el rabo esté tierno. Si fuera necesario añadir más agua durante el tiempo de cocción. Una vez la carne esté tierna se puede retirar y dejar hervir la salsa a fuego medio para espesar.

## CARRILLADA IBÉRICA EN SALSA

### Ingredientes:

Carrillada de cerdo ibérico  
Cebolla  
Ajo  
Vino Blanco  
Laurel

### Elaboración:

Limpiar la carrillada, eliminando los pedazos de grasa de gran tamaño. Preparar un sofrito con cebolla y ajo, triturar. En una olla poner un fondo de aceite de oliva, añadir la carne troceada y freír durante 5-6 minutos. Añadir el vino blanco. Un punto de sal  
Una vez evaporado un poco el vino, añadir el sofrito triturado anteriormente, agua y dejar hervir hasta que la carne esté tierna.



## POTAJE ANDALUZ

### Ingredientes:

Garbanzos  
Carne de Ternera  
Tocino Salado  
Chorizo  
Morcilla  
Tomate  
Pimiento Verde  
Ajo

Azafrán en hebra  
Patatas  
Aceite de Oliva  
Espinacas

### Elaboración:

Añadir todos los ingredientes en crudo, excepto las espinacas. Llenar la olla de agua y dejar hervir hasta que los garbanzos estén tiernos. Añadir las espinacas, dejar 15 minutos más hirviendo, corregir la sal. Si desea puede hacer este guiso en olla rápida. Todos los ingredientes en crudo a la vez, agua, sal, 15 minutos y listo.



# LA CAZUELA DE LA ESPARTERÍA



## ALBÓNDIGAS CON CHOCO (MAR Y MONTAÑA)

### Ingredientes:

1/2 kg. carne cerdo	Tomillo
1/2 kg. carne ternera	Pimienta
Tomate	Hinojo
Choco	Laurel
Cebolla	
Zanahoria	
Puerro	

### Elaboración:

Cortamos el choco a tacos, salpimentamos y salteamos en la perola para evitar que se ponga duro dorando unos segundos. Lo retiramos de la cazuela. En esta misma introducimos la cebolla, puerro, pimienta roja, hinojo, tomillo y laurel. Una vez que esté bien pochada se le añade un buen chorreón de vino tinto y lo dejamos reducir. Una vez reducido se le añade caldo del cocido e introducimos las albóndigas. Dejar cociendo unos 45 minutos a fuego lento. Diez minutos antes de retirarlo del fuego introducimos el choco. Posteriormente lo servimos con unas patatitas a daditos de guarnición.

## HABAS ESPARRAGÁS

### Ingredientes:

Habas  
Cebolla  
Cebolleta  
Ajos  
Huevos  
Jamón Ibérico del Valle de los Pedroches  
Caldo  
Aceite  
Sal  
Pimentón dulce  
Harina  
Vino blanco fino Montilla-Moriles

### Elaboración:

Se hace el sofrito. En una sartén se vierte el aceite los ajitos picados, cebolla y cebolleta troceada. Se esparce una cucharada de pimentón, harina y sal. Se remueve a fuego lento. Se añade el caldo y cuando hierva se echan las habas con una pizca de sal. Se sirve.



# LA CAZUELA DE LA ESPARTERÍA

## HABICHUELAS CON MANITAS DE CERDO

### Ingredientes:

Habichuelas blancas  
Hueso de jamón ibérico  
Aceite de oliva extra virgen  
2 dientes de ajo  
Pimiento rojo  
Pimiento verde - Guindilla  
1 vaso de vino Montilla Moriles  
Cebolla - Laurel - Hinojo  
Comino molido - Patatas - Nuez moscada  
Pimienta negra molida

### Elaboración:

Se preparan las habichuelas blancas en una olla con agua y un hueso de jamón ibérico y se dejan reposar durante una hora.

**A continuación se prepara el sofrito:** En una olla se echa aceite de oliva extra virgen, 2 dientes de ajo, pimiento rojo, pimiento verde y una guindilla y se sofríe, a continuación se le añade un vasito de vino Montilla-Moriles y dos vasitos de agua. Las manitas de cerdo se elaboran a parte: Se sofríe cebollita abundante junto con laurel, hinojo y comino molido.

**Preparación del guiso:** Se trocean seis patatas y se le añade una pizca de pimentón de la vega de Córdoba junto con una cucharada de nuez moscada y pimienta negra molida. Se pone a hervir a fuego muy lento durante 20 minutos y 10 minutos más a fuego más fuerte una vez hayan sido añadidas las manitas y se aparta. Ya están preparadas para servir.



## MANITAS DE CERDO CON HÍGADO DE PATO

### Ingredientes:

2 kgs. de manitas cortadas  
Hígado de pato  
1 Cebolla - 1 tomate  
1 Pimiento verde  
1 Hueso de jamón  
Hierbabuena  
Pimienta negra en grano  
Laurel - ajos  
Sal - aceite de oliva

### Elaboración:

Poner las manitas de cerdo cortadas por la mitad y ponerlos en agua con los huesos de jamón, los ajos, el laurel y la pimienta en grano con agua hasta que se cubran dejar por espacio de 2 horas cuando estén tiernas sacar y poner las verduras en una olla junto con las manitas y las especias dejar unos 20 minutos mas hasta que estén trabadas con las verduras poner el hígado de pato en una sartén y sacar las manitas poner en un plato y dejarle el hígado por encima.

## ALMEJAS DE CARRIL CON COCOCHAS DE BACALAO

### Ingredientes:

1 kg. de almejas de carril  
1 kg. de cocochas de bacalao  
2 Dientes e ajos  
50 grs. de perejil fresco  
1 Vaso de vino blanco  
1 Cucharada de harina

### Elaboración:

Poner los ajos con el aceite hasta que estén dorados a continuación poner las almejas y tapar con una tapadera hasta que se habrán incorporar las cocochas y dejar que se pongan tiernas poner el vino blanco dejar que el caldo se trabe y por último poner el perejil picado por encima.



## ALBÓNDIGAS DE CHOCO EN GUISO MARINERO

### Ingredientes:

- 2 kgs. de choco fresco
- Ajos
- Sal
- 1 Tomate
- 1 Pimiento rojo
- 1 Pimiento amarillo
- 1 Zanahoria
- 1 Vaso de vino blanco
- 50 grs. de harina
- 2 Huevos

### Elaboración:

Cortamos los choco en trozos muy pequeños y los ponemos a dorar junto con las verduras que habremos cortado también en trozos pequeños incorporamos el vaso de vino y dejamos que se evapore dejamos enfriar y ponemos todo para hacer bolas con el choco. En la misma salsa del guiso ponemos las bolas de choco y le ponemos el huevo duro cortado en trozos pequeños y servir es importante que se ponga en un plato hondo acompañar con un vino blanco.



## CALDITO DE ESCABECHE CON BUÑUELOS DE BACALAO

### Ingredientes:

#### Para el caldo:

1 carcasa de pollo  
C/s agua  
3 hojas de laurel  
4 ajos  
1 cebolla tierna  
Azafrán en hebra  
1 clavo  
1dl. vinagre de vino blanco  
4 claras de huevo cocidas  
Aceite de oliva  
Sal

#### Para el majado:

200 grs. de pan frito  
Yema de 4 huevos cocidos  
1 pizca de comino  
1 ajo frito

#### Para los buñuelos:

200 grs. de bacalao desmigado  
2 huevos  
100 grs. de miga de pan  
100 grs. de harina  
1dl. de leche  
Sal  
1 pizca de perejil

### Elaboración:

Ponemos a cocer los ingredientes del caldo a fuego muy lento excepto los huevos y el vinagre, que añadiremos a última hora. En un mortero, machacamos los ingredientes que restan para hacer el majado, con el que potenciaremos el caldito. Una vez realizadas ambas elaboraciones, lo mezclamos, añadiendo las claras de los huevos picadas, que hemos cocido con anterioridad. Para elaborar los buñuelos basta con mezclar bien todos los ingredientes y realizar una mezcla homogénea, que freiremos en tandas pequeñas para que queden con la forma deseada. Servimos con el caldo caliente o frío, como se desee, al igual que los buñuelos o combinamos según queramos.



## MARMITAKO DE ATÚN Y GAMBAS

### Ingredientes:

Para el marmitako:

- 300 grs. de atún limpio
- 200 grs. de gambas peladas
- 400 kg de patatas
- 2 tomates pequeños pelados
- 2 pimientos choriceros
- 2 cebollas picadas
- 1 pimiento rojo
- 1 ajo
- 1 hoja de laurel
- 1 dl. de vino blanco

Sal

Pimienta

Aceite de oliva

Pimentón de La Vera

Para el fumé:

Morralla de pescado

Agua

Cebollita tierna

Medio tomate

Unos granos de pimienta

### Elaboración:

En una olla, preparamos el fumé a fuego lento con todos los ingredientes que colaremos y reservaremos para después añadir a nuestro guiso. En la cazuela donde vamos a preparar nuestro marmitako, rehogamos los ajos, las cebollas, el pimiento rojo, y el tomate, por orden hasta conseguir un refrito consistente. A continuación añadimos las patatas cascadas en gajitos no muy grandes, añadimos el vino blanco y dejamos que evapore un poco el alcohol, una vez evaporado añadimos nuestro fumé de pescado y cubrimos las patatas, añadimos las especias y dejamos cocer y reducir hasta que la patata esté tierna y el caldito este “trabado”, una vez realizado el guiso, lo apagamos y añadimos los cubitos de atún y las gambas peladas para que terminen de cocerse con el calor que mantiene y queden en su punto.



## MANITAS RELLENAS DE RABO DE TORO

### Ingredientes:

300 grs. de manitas de cerdo limpias  
1 cebolla  
1 pimiento rojo  
2 ajos  
1 tomate  
1 clavo  
Una pizca de nuez moscada  
1 pizca de comino  
1 hoja de laurel

1 guindilla  
1 pizca de pimentón de la vera  
1 vaso de vino  
Sal  
Aceite de oliva  
Pimienta negra  
Rabo de toro guisado y deshuesado

### Elaboración:

En una cazuela, hacemos un sofrito con el ajo, la cebolla, el pimiento, y el tomate, añadimos las manitas de cerdo, añadimos el vino y cubrimos con agua. Añadimos las especias y dejamos cocer hasta que las manitas suelten toda la gelatina, queden tiernas y a la vez quede un caldito muy espeso. Sacamos las manitas, trituramos la salsa y la pasamos por un chino. Abrimos las manitas, que deshuesaremos con mucho cuidado para rellenarlas con el guiso de rabo de toro que podemos tener de otra elaboración guardado y deshuesado, una vez rellenas y cerradas, las servimos calientes con su salsa por encima.

## POLLO GUISADO

### Ingredientes:

3/4 kgs. de pollo de campo  
1/2 kgs. de patatas  
200 grs. de judías verdes  
2 alcachofas  
1 cebolla  
1 tomate maduro  
1 cabeza de ajos

1 pimiento rojo seco  
1 cucharada de pimentón dulce  
100 grs. de almendras crudas  
molidas  
Aceite de oliva  
Sal

### Elaboración:

Se pone en un perol con aceite el pollo troceado y la cabeza de ajo, rehogándolo, cuando esté dorado añadimos la cebolla cortada menudita, junto con las judías verdes, las alcachofas y el tomate, rehogándolo todo. Añadimos el pimentón y el pimiento seco. Cubrimos con agua y su sal junto con las almendras, dejándolo cocer durante una hora a fuego lento.



## SOPA DE CONCHAS DE HABAS

### Ingredientes:

400 grs. de vainas de habas  
 100 grs. de chorizo  
 100 grs. de jamón  
 1 huevo  
 1 pizca de pimentón dulce  
 1 cucharadita de vinagre  
 2 dientes de ajos  
 Aceite de oliva  
 Agua y sal

### Elaboración:

Se fríe el ajo cortado suavemente con las vainas de las habas cortadas a trocitos, añadiéndole el chorizo y el jamón picado y un vaso de agua; se deja hervir una media hora a fuego lento, mientras majamos en un mortero la miga de pan con el vinagre y el huevo. Se añade al guiso el pimentón, y se va removiendo hasta que rompa otra vez a hervir, retirándolo entonces del fuego.

## HABICHUELAS MORUNAS

### Ingredientes:

1/2 kg. de habichuelas negras  
 1 morcilla de montoro  
 1 trozo de tocino fresco  
 2 patatas  
 1 cebolla  
 2 dientes de ajo  
 1 pizca de pimentón  
 1 pizca de comino  
 Aceite de oliva y sal

### Elaboración:

En una olla se opone en frío las habichuelas, el tocino, las patatas cascadas y la cebolla en juliana. Se deja hervir durante cinco minutos y se le añade agua fría, se vuelve a repetir la operación a los diez minutos. A continuación se le añade la morcilla y una pizca de comino, dejando cocer hasta que estén tiernas las habichuelas. Se doran los ajos cortados en láminas, en dos cucharadas de aceite, se retira del fuego, añadiéndole el pimentón y se agrega a la olla, dejando cocer unos cinco minutos más.

## SALINAS

### POTAJE DE GARBANZOS CON MANITAS

#### Ingredientes:

3 kgs. de manitas de cerdo  
Patatas  
Garbanzos - laurel  
Cebolla - 1 ñora  
Pimentón dulce - tomillo  
Sal - aceite

#### Elaboración:

En la olla express ponemos el cerdo con agua, sal, laurel y ha cocer durante tres cuartos o una hora, reservamos el caldo para luego. En una cazuela aparte ponemos aceite, sofreimos la cebolla picada cuando esté casi hecha se la añade la patata a tacos y la carne de la ñora para darle una vueltecita, el pimentón dulce y caldo que lo cubra, un poco de tomillo y a hervir. Al estar la patata casi hecha se le añaden las manitas de cerdo y la cantidad que queramos del bote de garbanzos y a fuego lento se deja cocer hasta que esté todo en su punto, con ese caldito gelatinoso tan rico.

### ALBÓNDIGAS CON CALDO

#### Ingredientes:

1/4 kg. de carne de ternera picada  
1/4 kg. de carne de cerdo picada  
5 Huevos  
1 Telera 1/2 kg. de pan de pueblo  
3 Ajos dulce  
Caldo serrano  
Azafrán  
Pimienta  
Sal

#### Elaboración:

Descortezamos el pan y lo rallamos. Amasamos bien todos los ingredientes para formar una pasta homogénea. Tomamos porciones de la masa y hacemos bolas del tamaño de una ciruela. Para facilitar esta labor nos mojamos las manos en vinagre. Hacemos un caldo serrano con agua, sal, un hueso añejo de canilla y un hueso de jamón. En este caldo dejamos cocer las albóndigas durante cuarenta minutos.

## POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS

### Ingredientes:

500 grs. de espinacas  
500 grs. de garbanzos cocidos  
1 trozo de pan del día anterior  
5 dientes de ajos  
1 cucharada de pimentón dulce  
Azafrán  
Pimienta  
1 dl. de aceite de oliva  
Agua  
Sal

### Elaboración:

La noche anterior ponemos en remojo los garbanzos con un puñado de sal. En una olla sobre fondo de aceite, colocamos los garbanzo, los cubrimos de agua, añadimos sal, dejándolos cocer a fuego lento. Limpiamos y cocemos las espinacas, seguidamente ponemos a freír el pan y cuando esté dorado lo retiramos y en el mismo aceite freímos tres ajos enteros sin piel hasta que se doren. En un mortero ponemos: El pan frito, tres dientes de ajo fritos y dos dientes de ajo crudos. Añadimos sal y un chorreón de vinagre. Majamos todo muy bien y añadimos un poco de agua a la masa. Rehogamos las espinacas hervidas en el aceite utilizado anteriormente, durante unos minutos. Incorporamos el pimentón y la mezcla que tenemos en el mortero. Dejamos cocer durante 5 minutos. Reservamos. Cuando los garbanzos estén tiernos añadimos las espinacas a la olla y dejamos cocer todo junto durante un par de minutos.



## FABES CON ALMEJAS

### Ingredientes:

800 grs. fabes  
 Caldo de pescado  
 500 grs. de almejas  
 2 hojas de laurel  
 4 dientes de ajo  
 2 cebolla medianas  
 1 rama de laurel  
 Harina - vino blanco oro viejo  
 Cucharadita de pimentón  
 Aceite de oliva virgen extra  
 Sal

### Elaboración:

Remojar las fabes en agua. Cocer las fabes con 1 cebolla, 2 diente de ajo, perejil 1 hoja de laurel un chorito de aceite. Cubrir y cocer a fuego lento 1 hora y 45 minutos, agregar sal. Preparar las almejas; freír 2 ajos y la cebolla, añadir harina, pimentón; con el caldo de pescado y el vino. Incorporar las almejas y cocer. Incorporar las almejas con las fabes cocer unos minutos más, retirar. Dejar reposar y servir.

## HABICHUELAS ROJAS ESTOFADAS CON MATANZA Y COL

### Ingredientes:

1 kg. habichuelas  
 1 pimiento rojo  
 1 cebolla  
 3 dientes de ajos  
 1 hoja de laurel  
 1 guindilla  
 2 coles  
 1 chorizo  
 1 morcilla  
 Tocino de veta  
 Aceite de oliva virgen extra

### Elaboración:

Ponemos las habichuelas en agua la noche de antes. Hacemos un sofrito con el pimiento, cebolla, ajo, laurel y la guindilla. Troceamos las coles la echamos al sofrito, la mareamos y lo cubrimos de agua, ponemos el chorizo, la morcilla, las habichuelas; cocemos aproximadamente 1 hora y 30 minutos y ponemos a punto de sal.



# SOCIEDAD DE PLATEROS M<sup>a</sup> AUXILIADORA

## POTAJE DE GARBANZOS Y LANGOSTINOS

### Ingredientes:

- 1 kg. de garbanzos
- Aceite de oliva virgen extra
- 1 hoja de laurel
- 1 pimiento
- 2 cebollas
- 2 tomates
- 3 dientes de ajos
- 1 kg. de langostinos
- 3 patatas medianas
- 1/2 cucharada de pimentón
- Pizca de pimienta
- Sal
- Fumé de marisco

### Elaboración:

Ponemos en remojo los garbanzos la noche anterior. En una olla adecuada para el guiso, ponemos los garbanzos previamente remojados, el laurel, fumé de marisco, sal, 3 patatas peladas y troceadas, el pimentón y la pimienta. En una sartén hacemos el sofrito, con el ajo, la cebolla, pimiento y el tomate. Una vez cocido los garbanzos, le incorporamos el sofrito y los langostinos pelados, se rectifica de sal si fuera necesario y se le da un hervor y listo para servir.



# TAPAGONIA

## MIGAS SERRANAS CON PIMIENTOS DE PADRÓN Y MATANZA

### Ingredientes:

Pan  
 Aceite  
 Ajos  
 Sal  
 Agua  
 Pimientos de padrón  
 Chorizo de espejo  
 Papada de cerdo

### Elaboración:

En un perol sofreír todos los ingredientes por separado y reservar, añadir el pan (mojado de la noche anterior en agua y sal). Remover a fuego muy lento por espacio de una hora. Añadir después de la hora todos los ingredientes que habíamos reservado y servir.

## RAGUT DE ENTRAÑA A LA PORTEÑA

### Ingredientes:

Ajiverde  
 Ajirojo  
 Cebolla  
 Calabaza  
 Zanahoria  
 Aceite de oliva  
 Manteca de vaca  
 Vino tinto Santa Lucía  
 Sal  
 Taco seasoning  
 Pasta de achiote

### Elaboración:

Disolver la peya de manteca en aceite, rehogar los trozos de carne añadir el vino, flambear y reducir, añadir todas las verduras y hortalizas y el agua en el que habremos disuelto todas las especias. Hervir por espacio de 2 horas.



# TAPAGONIA

## ALBÓNDIGA DE VACA Y QUESO ENMENTAL EN SOPA DE PROVOLONE

### Ingredientes:

Para las albóndigas:

Leche

Carne picada de vaca

Pan blanco inglés

Queso enmental

Sal

Pimienta

Nuez moscada

Chalota

Perejil y cilantro

Huevo pasteurizado

Vinagre

Para la sopa de provolone:

Nata culinaria

Leche en polvo semi

1 yogurth natural queso provolone dulce

Caldo concentrado de carne

### Elaboración:

**Elaboración de la sopa:** infusionar el queso provolone a fuego muy lento durante 2 horas en el resto de ingredientes, tamizar la mezcla e incorporar las albóndigas formadas y horneadas, hervir por espacio de 30 minutos.

**Elaboración de las albóndigas:** Mezclar todos los ingredientes, formar la albóndiga a mano, pulverizar con aceite y hornear.

ORGANIZA



**HOSTECOR**

C/ Dr. Jiménez Díaz, s/n. - 14004 Córdoba

Telfs.: 957 29 84 43 - 957 29 99 00 - Fax: 957 29 93 10

[www.hostecor.com](http://www.hostecor.com)

e-mail: [hostecor@hostecor.com](mailto:hostecor@hostecor.com)

PATROCINADORES



JUNTA DE ANDALUCÍA  
CONSEJERÍA DE TURISMO, COMERCIO Y DEPORTE



Diputación de Córdoba



TURISMO DE CÓRDOBA  
PATRONATO PROVINCIAL

COLABORADORES PERMANENTES

