



las RECETAS del



colaboran



índice

<i>Presentación</i>	4
<i>Jornada 1</i>	9
<i>Jornada 2</i>	17
<i>Jornada 3</i>	29
<i>Jornada 4</i>	41
<i>Jornada 5</i>	51
<i>Jornada 6</i>	63
<i>Aceite de oliva</i>	74
<i>El olivo</i>	76
<i>Maridaje</i>	78

EDICIÓN Y DISEÑO

Hotel Vincci Posada del Patio*****
RGD Factoría de Proyectos
Sercoda

Consejo Regulador de la Denominación de Origen Protegida Antequera patrocina este libro para promocionar sus aceites de oliva vírgenes extras.

presentación

Esta publicación es el resultado de una apuesta firme y clara por la gastronomía malagueña, creemos que es parte importante e inherente de la cultura de nuestra provincia.

Pero con ello, no queremos llevarles a engaño, en este libro de recetas aparecen alimentos con origen en nuestra tierra, catas comentadas de nuestros Vinos de Málaga, nuestro aceite virgen extra... Todo ello realizado de una nueva forma, con una presentación original y con un único objetivo, demostrar que la cocina tradicional malagueña puede ser tan moderna como la mejor de la nueva cocina internacional.

Todo este trabajo se ha hecho gracias al esfuerzo de un equipo dirigido por César Pérez, director del Hotel Vincci Posada del Patio. En este hotel se han ido celebrando desde el año 2011 las reuniones del CIRCULO DE AMIGOS DE LA GASTRONOMÍA MALAGUEÑA. En grupos de hasta 20 personas se han ido reuniendo representantes de la vida empresarial, política, social y cultural de nuestra provincia, en dichas reuniones se han servido los menús que se recogen en este libro y se han maridado con los magníficos vinos de Bodegas Málaga Virgen. Su enólogo, el elocuente Francisco Medina nos ha enseñado a degustarlos y conocerlos mejor.

Este proyecto ya ha cumplido dos años y tiene previsto continuar, ahora lo enriquecemos con este libro: LAS RECETAS DEL CÍRCULO DE AMIGOS DE LA GASTRONOMÍA MALAGUEÑA.

Para esta publicación hemos contado con el apoyo de las Bodegas Málaga Virgen, del Consejo Regulador de la Denominación de Origen Antequera del Aceite de Oliva Virgen Extra, y por supuesto, del impulsor y promotor del proyecto La Cadena Vincci a través del Hotel Vincci Posada del Patio. A todos ellos un enorme agradecimiento del equipo que ha hecho posible esta publicación por su gran colaboración.

Rocío García Díaz
Coordinadora de la publicación

Juan Manuel López-Cózar Ortiz-Tallo

Jefe de Cocina HOTEL VINCCI POSADA DEL PATIO*****

Otro joven valor de la gastronomía malagueña salido de esa cantera de talento que supone la Escuela La Cónsula, Juan Manuel López-Cózar Ortiz-Tallo es una de las firmes promesas del universo restaurador de nuestra provincia.

Su carrera profesional está labrada en los mejores fogones de la provincia de Málaga y fuera de ella. Antonio Martín, La Sacristía del Rey del Hotel Biblos Guadalpin, Hotel AC Málaga Palacio **** , Complejo Hotelero Holiday World Hotels, Hotel Holiday Village **** , Trayamar, Mamé Restaurante , La abuela María, Hotel Puente Romano***** , el Restaurante Guadalmar o Restaurante Cipriano suponen el currículum extraordinario de Juan Manuel López-Cózar por nuestros lares.

Pero como no destacar de igual modo su formación en el extranjero, su paso por el Restaurante Le Mazerand (Montpellier, Francia) o por L'HÔTEL AUBERGE DU VIEUX PUIITS con 2 Estrellas Michelin, (Narbonne-Fontjoncouse, Francia), solo hace redundar en la calidad y esmero que deposita Juan Manuel en cada plato.

Cabe citar su nominación al premio de "El mejor restaurador de Málaga en comida tradicional Malagueña" año 2009, un hecho que sin duda ha influido en sus sucesivas investigaciones y creaciones en los diferentes menús que en esta publicación se recogen.

La dedicación, su conocimiento de la materia prima, de la técnica y elaboración de cada guiso queda plasmado en una obra que pretende ser, así como el creador de tales viandas, en una referencia de la gastronomía malagueña.



Fotos de miembros del
CIRCULO DE AMIGOS DE LA GASTRONOMÍA MALAGUEÑA







Jornada 1

Zaaluc con Perdiz en Escabeche

Cordero a la Salvia Cocinado a Baja Temperatura con Torta de Patatas

Huevos Arrollados, Molletes Reales y Otros Dulces de la Época

Fino Lagar de Benavides
Tinto Pemales 2008
Moscatel Reserva de Familia.



Zaaluc con Perdiz en Escabeche


4 Berenjenas	2 Tomates
2 Chalota	Especias Morunas
2 Dientes de Ajo	2 Perdices
1 Zanahoria	1 Cebolla
Pimienta en Grano	Vinagre
1 Vaso de Vino Blanco	Laurel

Para la elaboración de Zaaluc Cortar la chalota, ajo en brunoise y los tomates (sin pepitas); saltear, incorporar las berenjena cortadas en daditos (previamente asadas y peladas), especias y sal al gusto. Este es un plato que se puede consumir frío o templado.

Limpiar la perdiz y marcar en la misma olla en la que se vaya a hacer el escabeche. Pochar la zanahoria y cebolla junto con el laurel y la pimienta molida, incorporar la perdiz, agregar el vino blanco y dejar reducir.

Finalmente cubrir la carne con vinagre y cocinar a fuego lento hasta que la perdiz esté tierna.





Cordero a la Salvia Cocinado a Baja Temperatura con Torta de Patatas

1 Pierna de Cordero	Pimienta
3 Patatas Pequeñas	Salvia
Aceite de Oliva Virgen Extra	Sal

Deshuesar la pierna de cordero. Envasar la carne en una bolsa de vacío con aceite, pimienta y sal, cocer al vapor durante 14 horas a 70 °C.

Para la elaboración de la torta de patatas, pelar y cortar las patatas con mandolina muy finas, y superponer las lascas de patata formando un círculo (ver foto). Añadir una gota de aceite y hornear con un peso en alto, para evitar que se deforme.

Hacer un jugo con el hueso del cordero y con caldo generado de la cocción del cordero al vacío, dejar reducir con unas hojas de salvia.





Huevos Arrollados, Molletes Reales y Otros Dulces de la Época

La receta fue encontrada cosida a mano entre los márgenes de un libro de cuentas de la familia Marqués de la Vega. Sus renglones torcidos, aunque con letra bastante clara en castellano antiguo, aparecen plagados de términos gastronómicos en los que los protagonistas son la harina, la leche y los huevos. La información viene precedida por un título bastante clarificador, molletes reales, y su antigüedad data del siglo XVI.

Este legajo culinario ha sido rescatado entre la documentación, de muy diversa índole, que atesora el Archivo Municipal de Antequera,



Jornada 2

Cremita de Castañas y Boletus con su Guarnición

Sopa Cachorreña

Medallones de Rape con Crema de Patata al Pimentón Picante

Brownie de Chocolate con Sopa de Chirimoya a la Menta

Fino Lagar de Benavides
Tinto Pemales 2008
Moscatel Reserva de Familia





Cremita de Castañas y Boletus con su Guarnición

200 gr. de Castañas

200 gr. de Nata

1 Puerro

300 gr. de Boletus

1 Cebolla

500 gr. de Caldo de Verduras

Pochar la cebolla y el puerro, incorporar los boletus y las castañas (asadas y peladas). Dejar cocer dos minutos y añadir el caldo de verduras; reducir y verter la nata.

Cocer cinco minutos y triturar.





Sopa Cachorreña

2 kg. de Naranjas Cachorreñas
Pan
Pasas de Goji
Pimiento Rojo

Caldo de Pollo
Huevo de Codorniz
Cebolla
Tomate


Picar las verduras y pochar, incorporar el zumo de las naranjas y el caldo de pollo.

Dejar cocer; recitificar de sal, pimienta y amargor con azúcar.

Triturar y pasar por colador. Servir caliente.

Para la guarnición, pochar el huevo de codorniz, hacer pequeños picatostes y macerar las pastas de goji en almíbar.





Medallones de Rape con Crema de Patata al Pimentón Picante

800 gr. de Rape
50 gr. de Aceite
50 gr. de Nabo
50 gr. de Judías
2 Dientes de Ajo

1 kg. de Patatas
½ l de Fumet
50 gr. de Zanahorias
Pimentón Picante y Dulce
2 Cayenas de Guindilla

En una olla con echar los dientes de ajo pelados y l guindilla, dorar e incorporar la patata pelada y en cascós. Añadir el pimentón dulce y picante, mezclar bien y verter el fumet de pescado. Dejar cocer hasta que la patata esté blanda y triturar.

Cortar en juliana las judías, el nabo y las zanahorias y saltear al estilo wok y hacer el rape a la plancha.





Brownie de Chocolate con Sopa de Chirimoya a la Menta

400 gr. de Chocolate
200 gr. de Mantequilla
8 Huevos
100 gr. de Nata

300 gr. de Harina
800 gr. de Azúcar de Glass
2 Chirimoyas
Menta

En un vaso de batidora incorporar el azúcar y los huevos, triturar.

Fundir el chocolate, junto con la mantequilla y añadir a la mezcla anterior. Por último la harina y verter en un molde.

Hornear a 180 °C durante 30 minutos y dejar enfriar a temperatura ambiente.

Para la sopa de chirimoya, pelar y deshuesar la fruta; triturar la carne de la misma con la nata y la menta.

Servir preferiblemente bastante fría la sopa y el brownie templado.

notas

Sopa Cachorreña

Las cachorreñas que define la Real Academia no tienen nada que ver con esta sopa malagueña, ya que no hace mención a las naranjas que son las que identifican a nuestro condumio.

Se trata de un plato muy popular, de bajo coste y fácil de hacer. En algunos pueblos de Málaga lo preparan con boquerones y almejas, añadiéndole al final bacalao desalado.

La poeta María Victoria Atencia tiene su propia receta en la que admite que, si se añade bacalao, éste debe cortarse en tiras muy finas, casi hilillos y que, a falta de éste, también son de buen recibo unas sardinas fritas desmenuzadas, que se incorporarán a la sopera a la hora de servir.

En la zona de Vélez y, especialmente en los cortijos, era de frecuente elaboración cuando, al llegar los fríos, resultaba más apetecible que el gazpacho.

El Larousse Gastronómico la menciona como una variante del gazpacho concebido en Churriana.

Los malagueños cantaban el catálogo de sus delicias gastronómicas, incluidas las cachorreñas, de esta manera:

Cachorreña se perdió,
gazpacho la anda buscando.
¿Dónde la vino a 'encontrá'?
En casa del ajo blanco,
pariente de la 'ensalá'.





Jornada 3

Migas de Tomate con Queso de Cabra y Albahaca

Milhojas de Camarón con Fruta Fresca y Yogurt Cítrico

Cochinillo con Frutas al Vino Tinto y Salsa de Sobrasada y Miel

Torrija con Sopa de Coco a la Vainilla

Trajinero, D.O. Málaga

Pernales, D.O. Málaga

Moscatel Reserva de Familia, D.O. Málaga



Migas de Tomate con Queso de Cabra y Albahaca

400 gr. de Chocolate
200 gr. de Mantequilla
8 Huevos
100 gr. de Nata

300 gr. de Harina
800 gr. de Azúcar de Glass
2 Chirimoyas
Menta

Fundir el queso de cabra con la leche y la nata. Por otro lado mezclar el algin con el agua.

Para hacer la esferificaciones de queso, coger este con una cucharita medidora e introducirlo en la mezcla de agua y algin; dejar reposar dos segundos, retirar y enjuagar en agua.

Para la elaboración de las migas, picar el pan, el tomate y el ajo en brunoise. Saltear en una sartén del mismo modo que las migas tradicionales, sazonar con las hierbas provenzales y aceite de albahaca.







Milhojas de Camarón con Fruta Fresca y Yogurt Cítrico

Pelar el camarón crudo, protegerlo con papel sulfurizado y espalmar hasta conseguir el aspecto de carpaccio. Congelar, y en este estado cortar de forma cilíndrica. Reservar.

Cortar las frutas en daditos y mezclar con yogurt griego y limón, al gusto.



Cochinillo con Frutas al Vino Tinto y Salsa de Sobrasada y Miel

4,5 kg. de Cochinillo	100 gr. de Miel
200 gr. de Sobrasada	1 Manzana
1 Pera	100 gr. de Orejones
100 gr. de Ciruelas Pasas	Aceite de Oliva Virgen Extra
Sal	380 gr. Vino de Málaga
100 gr. de Agua	100 gr. de Azúcar

Confitar el cochinillo en aceite, a fuego lento, hasta que la carne esté tierna. Retirar del aceite y desmigalar, procurando no romper la piel. Sazonar la carne desmigada e introducirla en un molde, cubriendo con la piel. Dejar en reposo con peso, durante un día.

Para la salsa, triturar la sobrasada con la miel, con un poco de calor.

La compota de otoño, se elaborará a partir de los frutos secos y la manzana y la pera cortada en gajos. Se comenzará hirviendo el agua con el azúcar por un lado y se le incorporará el vino de Málaga una vez evaporado el alcohol. A esta mezcla añadirle la fruta y los frutos secos, dejar cocer cinco minutos.



Torrija con Sopa de Coco a la Vainilla

Bizcocho:

400 gr. de Azúcar	4 Huevos
400 gr. de Harina	300 gr. de Pasas
20 gr. de Levadura	Ralladura de Naranja
Canela	400 gr. de Mantequilla

Sopa:

200 gr. de Leche de Coco	1 Vaina de Vainilla
Baileys	50 gr. Azúcar

Entorrijado:

100 gr. de Azúcar	100 gr. de Mantequilla
100 gr. de Leche	1 Huevo

Hacer un bizcocho mezclando primero los huevo y el azúcar, luego añadir el resto de ingredientes, excepto las pasas, que se incorporarán en último lugar. Poner en un molde y hornear a 180 °C durante 30 minutos, a continuación bajar la temperatura a 160 °C y cocer 15 minutos más.

Cortar el bizcocho en porciones y mojar en el huevo y la leche (mezclados) y entorrijar con toffe de mantequilla y azúcar.

Para la sopa infundir la leche de coco con una vaina de vainilla y el azúcar. Una vez que la sopa esté fría, incorporar baileys al gusto.

notas

Las Migas

Las migas (a veces llamadas migas de pastor) son un plato típico de pastores con el que se aprovechan las sobras de pan duro, aunque existen también las migas de harina, típicas del sudeste español. Las migas provienen quizá del cuscús magrebí; en los territorios cristianos se hacía con pan y se le echaban torreznos de cerdo para distinguirlo de la comida árabe y judía.

Son típicas en el centro y sur de la península Ibérica, principalmente en la Mancha, Murcia, Andalucía, Extremadura y Aragón, así como en la región portuguesa del Alentejo.

En su versión más sencilla, consisten en sofreír con ajos y aceite de oliva los trozos de pan duro, previamente humedecidos en agua, hasta que se doren. Se acompañan de una gran variedad de alimentos salados o dulces. Entre los salados son típicos los huevos fritos, torreznos, chorizos fritos, pimientos fritos, sardinas, pepino etc. Constituyen una comida completa, en la que se toman generalmente con salado y, opcionalmente, se puede tomar otro plato de migas acompañado de algo dulce. Entre los dulces son típicos la uva y la granada

Las Migas andaluzas se hacen esencialmente con pan duro, aceite de oliva y ajos a los que se le suele añadir matalauva y torreznos. Se suele acompañar de pepino, aceitunas o rábano. También se hacen dulces, añadiendo leche o chocolate. Es un plato que tradicionalmente se preparaba en el medio rural como comida principal. Se trata de un refrito sencillo de ajo, tomate, pimienta y cebolla al que se añade, para aprovecharlo, el pan duro. En sus orígenes las migas eran preparadas en el mismo lugar de trabajo. En la sierra de Cádiz era propio de los corcheros durante la saca de la corcha, de los segadores o los pastores. Eran los mismos hombres quienes preparaban este plato sencillo. Las migas se preparaban en una sartén, y una vez cocidas, los trabajadores se sentaban alrededor y a cucharadas las comían directamente de la sartén.





Jornada 4

Chistorra con Miel y Queso al Aroma de Café

Solomillo Ibérico en Colorao con Patatas Confitadas y Mini Morcillas

Tradicional Leche Frita con Sopa de Chocolate

Trajinero, D.O. Málaga

Pernales, D.O. Málaga

Moscatel Reserva de Familia, D.O. Málaga



Chistorra con Miel y Queso al Aroma de Café

200 gr. de Chistorra

100 gr. de Miel

50 gr. de Queso Curado

Una cucharada de moka de Café Molido

Cortar y saltear la chistorra, en la misma sartén verter la miel, el café molido y daditos de queso. Mezclar y servir.



Solomillo Ibérico en Colorao con Patatas Confitadas y Mini Morcillas

800 gr. de Solomillo Ibérico	1 Cucharada de Pimentón
Aceite de Oliva Virgen Extra	Orégano
2 Hojas de Laurel	300 gr. de Patatas
1 Diente de Ajo	30 gr. de Judías Verdes
200 gr. de Morcilla	1 Vaso de Vino Blanco
½ Vaso de Coñac	1 Clara de Huevo
Soja	

Meter en una olla todos los ingredientes, excepto las patatas, las judías, la soja y la morcilla, y macerar durante 12 horas en frigorífico.

Para la guarnición, retirar la piel a la morcilla y desmigalar, incorporar la clara de huevo y hacer saquitos con papel film y cocer durante cuatro minutos.

Pelar y cortar las patatas y confitar en aceite el tiempo necesario para que esté blanda.

Cortar las judías en juliana y saltear.

Para la salsa, aprovechar el jugo del macerado del solomillo. Cocer y añadirle la soja, dejar espesar.



Tradicional Leche Frita con Sopa de Chocolate

1 litro de leche
200 Gr. de azúcar
60 Gr. de mantequilla
100 Gr. de harina
2 huevos

Cáscara de limón
Canela en rama
Canela en polvo
Pan rallado

En un recipiente adecuado se hierve la leche junto con la cáscara de limón, la canela en rama y el azúcar. Se retira del fuego, se enfría y se cuela.

Se prepara una mezcla con la mantequilla y la harina, a la que se añade la leche y se deja hervir el conjunto hasta formar una masa.

Se extiende ésta en una bandeja y se deja enfriar. Se corta en trozos cuadrados que se pasan por harina, huevo y pan rallado. A continuación, se fríen y antes de servirlos se espolvorean los trozos con azúcar y canela.

notas



Leche frita

En este caso hemos de comentar que trata del nombre de un postre exquisito en el que su ingrediente principal, la leche, termina frita en una sartén de aceite hirviendo. Incluso el diccionario, tan reacio a dar recetas que aclaren los vocablos gastronómicos, hace una excepción y transcribe el proceso básico de la elaboración de la leche frita: "Masa espesa, hecha con harina cocida con leche, que, después de fría, se parte en trozos cuadrados, y rebozada en harina y huevo, se fríe."

Esta presunta flor de sartén tiene todas las trazas de no ser creación andaluza, pues más bien parece oriunda de tierras leonesas. Una de las más antiguas recetas que hemos encontrado la localizada en Palencia, pero no se ha de entrar en polémicas ni obsesionarse con tiquismiquis de tuya o mía: las fronteras gastronómicas son imposibles de fijas y hablar de gastronomía malagueña o andaluza es ponerle puertas al tiempo y al gusto.





Jornada 5

Gazpacho de Fresa

Huevos a la Flamenca

Flamenquín de Queso de Cabra con Salsa de Vino de Málaga

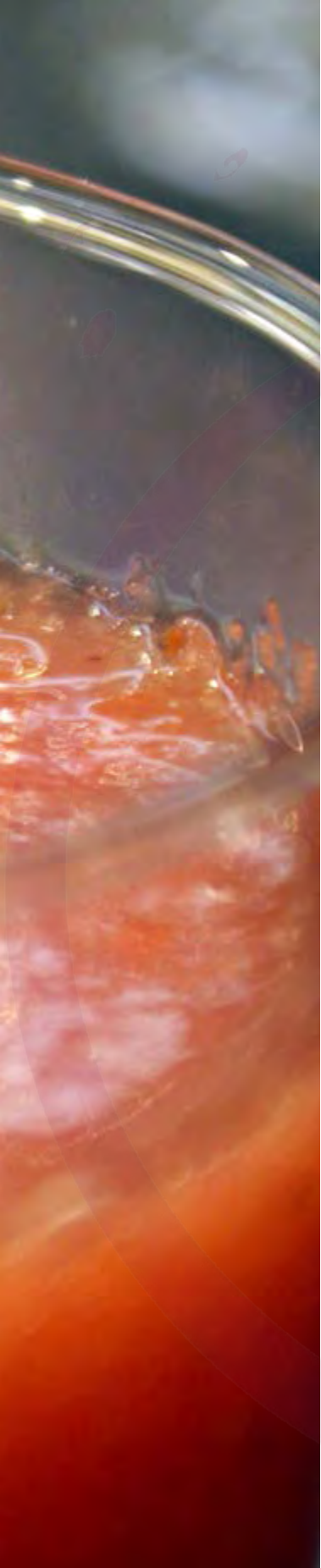
Bienmesabe al Estilo Tradicional

Trajinero, D.O. Málaga

Pernales, D.O. Málaga

Moscatel Reserva de Familia, D.O. Málaga





Gazpacho de Fresa

1 kg. de Tomate

50 gr. de Pepino

50 gr. de Agua

Aceite de Oliva Virgen Extra

Vinagre

1 Diente de Ajo

50 gr. de Pimiento

150 gr. de Fresas

Sal

Triturar todos los ingredientes y servir frío.





Huevos a la Flamenca

4 Huevos	1 Cebolla
1 Pimiento Rojo	1 Pimiento Verde
2 Tomates	1 Diente de Ajo
500 gr. de Tagarninas	1 Patata

Hacer una crema con las patatas, cebollas y las tagarninas (previamente lavadas). Por otro lado, con el resto de cebolla y pimientos, cortar en juliana, saltear y añadir el tomate picado. Cocinar y servir con un huevo frito.



Flamenquín de Queso de Cabra con Salsa de Vino de Málaga

1 kg. de Solomillo de Cerdo	50 gr. de Queso de Cabra
2 Manzanas	20 gr. de Mantequilla
20 gr. de Azúcar	6 Espárragos
10 Tomates Cherry	Vino de Málaga
Aceite de Oliva Virgen Extra	Sal
Pan de Tomate	Huevo
Harina	

Abrir el solomillo en libro, espalmar lo más fino posible, pero sin llegar a romperlo. Reservar. Por otro lado, para hacer el relleno, picar la manzana (1 manzana) en brunoise, saltearla con la mantequilla y el azúcar e incorporarlo templado al queso de cabra, previamente desmigado, consiguiendo una pasta.

Rellenar el solomillo con la mezcla y enrollar. Empanar con pan de tomate y freír.

El resto de la manzana se picará en brunoise y se cocerá con el Vino de Málaga. Una vez cocido, escurrir la manzana y saltear con espárragos y tomate cherry. El líquido sobrante, se empleará como salsa.



Bienmesabe al Estilo Tradicional

Bienmesabe:

500 gr. de Azúcar 5 Huevos
250 gr. de Almendras

Mousse:

Bienmesabe 500 gr. de Nata
3 Colas de Gelatina

Bizcocho:

400 gr. de Azúcar 400 gr. de Mantequilla
4 Huevos 400 gr. de Harina

20 gr. de Levadura

Granizado:

100 gr. de Agua 25 gr. de Azúcar
Licor Café

Bienmesabe: freir la almendra, incorporarle el azúcar y triturar.

Añadir los huevos, uno a uno, y mezclar bien. Para hacer la mousse, utilizar la mezcla anterior y 500 gr de nata semi montada, sin olvidar incorporar la gelatina a una pequeña parte de la nata.

Bizcocho: mezclar todos los ingredientes y hornear a 180 °C durante 25 minutos, y luego a 160 °C hasta que cuaje. Esta será la base de la mousse.

Granizado: hacer un jarabe con el azúcar y el agua, verter el licor café y congelar.

notas

Comer en Antequera

Hay una actividad que toda persona que viaje al interior de Andalucía debe realizar: comer en Antequera. Y sabiendo que más que una actividad, es un placer, la parada se hace obligatoria. No hay nada mejor para reponer fuerzas después de una jornada admirando los bellos recursos de esta ciudad que entrar en cualquiera de sus numerosas cocinas y dejarse guiar por las recomendaciones de cada rincón, diferentes en cada casa, restaurante o bar, pero con la esencia común del saber hacer de nuestros cocineros.

Haciendo un repaso por los platos típicos de la gastronomía de Antequera hay que tener en cuenta tres factores determinantes: la profunda huella que dejaron árabes y judíos, la geografía y el clima de la zona y la base que aportan los cultivos de su fértil Vega. Así, predominan los cereales, las legumbres, las hortalizas y el riquísimo aceite de oliva de la tierra, todos ingredientes esenciales de la dieta mediterránea.

Primeros platos como la popular porra, el guisado de patas, ajoblanco, gazpachuelo, las migas, la ensalada de cardos y el pío antequerano abren un sinfín de posibilidades que combinan a la perfección con platos elaborados a base de recetas de caza y pescado como el conejo a la cazadora, el chivo a la pastoril o los boquerones rellenos.

Y para el postre, la antigua y experta mano de los reposteros y monjas de los conventos nos obsequian con deliciosos platos como el bienmesabe o el angelorum. Según la época del año encontramos también los famosos mantecados (en fechas navideñas) y los pestiños, torrijas y roscos típicos de Semana Santa.

Mención especial merece nuestro principal embajador, "el mollete antequerano", un tipo de pan árabe, poco cocido y de miga blanca elaborado artesanalmente.





Jornada 6

Tartar de Aguacate de la Axarquía con Gambitas y Crema Balsámica

Ensalada de Pimientos Asados con Sardinias al Espeto

Tradicional Conejo de Monte al Ajillo con Sus Alimentos

Mousse de Higos con Sorpresa de Chocolate sobre Bizcocho de Naranja

Trajinero, D.O. Málaga
Pernales, D.O. Málaga
Moscatel Reserva de Familia, D.O. Málaga



HOTELS



Tartar de Aguacate de la Axarquía con Gambitas y Crema Balsámica

300 gr. de Aguacate	1 Limón
150 gr. de Tomate	160 gr. de Cebolla Morada
8 Gambas	Crema Balsámica
Sal	Pimienta
Tabasco	

Cortar en brunoise la cebolla, el tomate (sin pepitas) y el aguacate.

Mezclar e incorporar el zumo de un limón, la sal, la pimienta y el tabasco al gusto.

Por otro lado, cocer las gambas en agua con sal; enfriar y utilizar para decorar.



Ensalada de Pimientos Asados con Sardinias al Espeto

600 gr. de Pimientos Rojos

8 Sardinias

Aceite de Oliva Virgen Extra

300 gr. de Tomate

Carbón

Mezclum de Lechugas

Asar los pimientos y el tomate, con sal y aceite, 30 minutos a 200 °C. Filetear y desespinar las sardinias.

Para elaborar el aceite ahumado, introducir el carbón incandescente en un recipiente metálico en el que se encuentre el aceite. Tapar y dejar reposar.

Pelar y cortar en tiras el tomate y los pimientos.

Hacer las sardinias a la plancha con el aceite ahumado y emplatar.



Tradicional Conejo de Monte al Ajillo con Sus Alimentos

700 gr. de Conejo

Tomillo

Laurel

200 gr. de Vino Fino

50 gr. de Aceitunas Negras

60 gr. de Mini Zanahorias

10 gr. de Ajo

Romero

Pimienta en Grano

200gr. de Pimiento Verde

10 gr. de Anchoas

50 gr. de Tomate Cherry

Despiezar el conejo; pierna y paletillas por un lado, y por el otro, lomo y costillas. Deshuesar los lomos y abrir en libro; untar con tapenade (mezcla de aceitunas negra y anchoas).

Freír una lasca de pimiento verde, del mismo tamaño que el lomo de conejo, poner sobre el mismo, cerrar y bridar. Envasar al vacío y cocer al vapor a 100 °C durante 40 minutos.

Las piernas y las paletillas, hacer al ajillo al estilo tradicional. Dorar el conejo con el ajo, tomillo y romero. Una vez bien dorado, agregar el vino y dejar reducir.

Adornar con las zanahorias y los tomates cherry salteados.



Mousse de Higos con Sorpresa de Chocolate sobre Bizcocho de Naranja

Para la Mousse:

8 Higos	1 Litro de Nata
200 gr. de Azúcar	1 Cola de Pescado (Gelatina)
100 gr. de Chocolate	1 Naranja
300 gr. de Azúcar	300 gr. de Agua

Para el Bizcocho:

400 gr. de Harina	400 gr. de Azúcar
400 gr. de Huevos	1 Naranja
400 gr. de Mantequilla	20 gr. de Levadura

Para elaborar la mousse de higos, se comienza limpiando muy bien los higos, reservando la pulpa y desechando el resto. Triturar.

Semi montar la nata y reservar.

Diluir el azúcar en un poco de leche y la gelatina. Incorporar esta mezcla, a la pulpa de higos, previamente triturada, y a continuación la nata semi montada.

Verter la mezcla en un molde de silicona hasta la mitad, y rellenar con un poco de chocolate líquido, completar el molde con la mezcla de la mousse.

Para el bizcocho, mezclar todos los ingredientes, evitando la formación de grumos y extender en un molde de horno. Hornear 40 minutos a 108 °C.

Una vez frío el bizcocho, cortar del mismo tamaño que el molde de silicona, y utilizar como base de la mousse.

notas

Aguacate de la Axarquía

Según cuenta la historia las primeras referencias que se tienen del aguacate en la zona de la Axarquía nos llevan hasta el año 1789, donde el clérigo, Don Cecilio García de la Leña, << presbytero >> de Málaga, escribió unas escrituras tituladas Conversaciones Históricas Malagueñas, que decían lo siguiente cuando se refería a "los vegetales traídos de las Americas:

" Lo mismo he sabido, sucede con las yerbas y plantas de la America y otros Reynos que aquí vegetan con muchas ventajas: y en fin, que si S.M. (Dios le guarde y sus sabios Ministros), supiera lo a proposito de éste terreno para toda especie de vegetables, tuviera aquí el mejor Jardín Botanico de todo el Reyno, entrando en él las más particulares plantas de Americanas..."

" La tierra de esta costa es excelente, y su clima meridional convida a traer plantas de America y de otros países calientes, que sería el regalo y la delicadeza de Europa..."

Y el clérigo le daba toda la razón, añadiendo que todo ello estaba demostrado "pues el aguacate es un árbol traído de America, que produce una fruta mayor que las peras más grandes y de su misma figura. Críase en huerta del Excmo. Marqués de Sonora, partido de Almayate, hacia Vélez Málaga, Aguacate, fruto del Árbol llamado Laurel Persea, fruta de la América".

Con todo esto podemos hacernos una idea de la importancia del fruto a lo largo de la historia y que sus referencias las utilizaban desde conquistadores, presidentes de Estados Unidos o Clérigos de los Reinos de España.

Del libro LOS AGUACATES Y LA AXARQUÍA, realizado por César Díaz



El aceite de oliva virgen extra en tu cocina

Para que un plato resulte perfecto, es fundamental utilizar una buena materia prima. El aceite de oliva virgen extra, sólo puro zumo de aceituna, es un elemento indispensable para lograrlo, aportando a los platos un toque diferente y único al resto de aceites del mercado. No arruines un buen plato por utilizar un mal aceite. Es lo que menos cuesta para elaborarlo pero lo que marcará la diferencia en el resultado.

Aunque el aceite de oliva virgen extra aporta las mismas calorías por gramo que otras grasas dietéticas (9 kcal/g), su composición química, así como la presencia de compuestos antioxidantes, confieren a este aceite unas propiedades nutricionales excepcionales.

Al ser más rico (70% de grasa insaturada, la más saludable de todas las grasas) en ácido oleico, el virgen extra es más estable que las grasas animales y los aceites de semilla, además de contener vitamina E y polifenoles que lo protegen de la oxidación.

La fritura en aceite de oliva virgen extra actualmente se considera una técnica muy saludable. Este hecho se debe en gran parte al conocimiento en profundidad del fenómeno de penetración de la grasa en los alimentos fritos, que demuestra que, cuando el proceso se realiza correctamente, teniendo en cuenta especialmente la temperatura y el tiempo de fritura, se forma en el alimento una costra periférica que impide la penetración de la grasa caliente en el interior de la masa del alimento.

Por ello la pérdida de vitaminas y minerales es mucho menor que en el cocido o el asado, la grasa ingerida también es menor y por tanto el valor calórico del alimento prácticamente no aumenta. La calidad nutritiva de los alimentos fritos no disminuye frente a la del alimento fresco, siendo el contenido de vitamina C de las verduras prácticamente el mismo y la composición grasa de las carnes cualitativamente mejor que antes de ser cocinadas.

El aceite de oliva virgen extra se puede freír a alta temperatura y reutilizar en la fritura numerosas ocasiones, se hace más voluminoso al calentarlo, por lo que al final trae cuenta por el ahorro, aunque lo más importante es el aporte de sabores y aromas a los platos, algo que no pueden transmitir los aceites refinados de semillas o de oliva.

Cada clase de alimento requiere una temperatura específica para freír que se denomina "punto de fritura".

*Alimentos con mucho contenido en agua o muy voluminosos: 130° y 145° C

*Productos enharinados o rebozados: 155° a 170° C

*Alimentos de poco tamaño: 175° a 190° C

Cada aceite tiene una temperatura crítica a partir de la cual comienza a quemarse o echar humo y descomponerse:

*Aceite de oliva virgen extra 180° C

*Girasol y soja 170° C

*Colza y maíz 160° C

*Margarina 150° C

*Mantequilla 110° C



El Olivo

Hay un árbol que tiene el color de la esperanza, que es eterno, y cuyo fruto genera riqueza para miles de familias malagueñas.

Desde hace más de tres mil años, el olivo forma parte de nuestro paisaje y está presente en todas las comarcas de nuestra tierra, conformando paisajes de diferentes características: más intensivo en la zona septentrional de la provincia, donde es monocultivo en la comarca nororiental; reducido casi a árbol ornamental en la costa; y enriqueciendo los paisajes agrarios con otros cultivos en la Serranía de Ronda, La Ajarquía y el Valle del Guadalhorce, donde se cultiva una de las aceitunas de mesas más valoradas por su paladar. A todo ello se unen las diferentes variedades de olivar, donde nos encontramos con las autóctonas verdial y aloreña, las bienvenidas picual y arbequina, y una hojiblanca que es la primera, en su doble aptitud para aceituna de mesa y aceite.

El olivar genera miles de jornales al año, ocupa a 15.000 familias y supone unos ingresos anuales de más de 300 millones de euros anuales, constituyendo la principal fuente económica en muchos municipios, que viven gracias a él. Málaga es la tercera provincia productora en aceituna de mesa y la quinta en aceite, con medias de 55.000 toneladas y 80.000t respectivamente.

Pero además, nuestros olivareros han sido pioneros en la creación de estructuras empresariales más desarrolladas, que permiten buscar el valor añadido y no sólo limitarse a producir. La gran mayoría del olivar provincial está agrupado en su oferta para tener mejores oportunidades en el mercado, a través del Grupo Hojiblanca, cuya sede social está en Antequera y que junto a otras cooperativas de otras provincias, se ha convertido en el mayor productor oleícola mundial.

Esto hay que reivindicarlo en nuestro territorio, más volcado al sector servicios y ya menos en la construcción, que cuenta con un potente sector agroalimentario, donde también hay espacio de forma importante para la hortofruticultura, la vitivinicultura o el sector porcino.

Y esta constatación hay que traducirla en conocimiento hacia la sociedad y promoción de los productos malagueños, porque nuestra tierra demanda más productos que los que produce, pero no los consume, por lo que espero que iniciativas como este libro ayuden a ello, y que la bondad de nuestros aceites, aceitunas, vinos, productos cárnicos... sirvan para ahondar un vínculo económico, cultural y social.

Hagamos que ese árbol siga siendo eterno y que la esperanza que nos transmite se traduzca en un incremento de riqueza para todos en el futuro.

Antonio Luque Luque





maridaje
con vinos de Málaga

Bodegas
**MÁLAGA
VIRGEN**
desde 1885

FINO LAGAR DE BENAVIDES

Vino generoso fino elaborado a partir de uvas de la variedad Pedro Ximénez y que lleva el nombre del lagar del siglo XIX, propiedad de Bodegas Málaga Virgen.

Uvas seleccionadas de cepas centenarias, en los viñedos que rodean dicho lagar ubicado en Moriles Alto, zona de máxima calidad dentro de la D.O. Montilla-Moriles.

Crianza biológica bajo velo de flor, en botas de roble de 500 litros por el sistema de criaderas y solera, durante 8 años. El vino resultante es de color amarillo pajizo con reflejos verdosos. Aromas complejos donde destacan notas salinas, frutos secos, hierbas aromáticas (anis, tomillo, hinojo...) y notas típicas de levadura de flor. En boca seco, amplio y untuoso con un final salino y ligeramente amargo.

FRUTOS SECOS, ACEITUNAS, ARROCES, PESCADOS, MARISCOS, EMBUTIDOS IBERICOS Y QUESOS SUAVES.

TRAJINERO

Vino seco de licor añejo elaborado a partir de uvas de la variedad Pedro Ximénez. Uvas seleccionadas en los viñedos de Vistahermosa (Fuente de Piedra), dentro de la D.O. Málaga.

Crianza oxidativa durante 10 años en botas de roble americano. El vino resultante presenta, en fase visual, un color ambarino con reflejos iodados y cobrizos. En nariz potente con notas avellanadas y de maderas nobles. En boca suave, abocado y estructurado, con mucha personalidad.

CARNES ROJAS, PLATOS DE CAZA Y GUIOS TRADICIONALES A BASE DE LEGUMBRES.

PERNALES 2008

Vino tinto monovarietal elaborado con uvas de la variedad syrah, dentro de la Denominación de Origen Sierras de Málaga.

Uvas recolectadas por la noche (vendimia nocturna), en los viñedos de Vistahermosa.

Crianza en barricas de roble de 225 litros (80% francés y 20% americano) durante 24 meses. Posterior crianza en botellas durante varios meses, para afinar el vino antes de su salida al mercado. En fase visual, precioso color pí-cota con ribetes violáceos. En fase nasal, destacan frutos negros maduros, frambuesas, notas especiadas (regaliz, cacao, clavo) y notas de ahumados y amentolados. En boca redondo, carnoso con taninos maduros y nobles.

CARNES ROJAS A LA PARRILLA Y EN SALSA. LECHAZO, PALETILLA Y CHULETAS DE CORDERO. PASTAS CON SALSA BOLOÑESA.

BARÓN DE RIVERO 2010

Vino blanco seco elaborado con uvas de las variedades chardonnay y Pedro Ximénez, dentro de la D.O. Sierras de Málaga.

Uvas vendimiadas por la noche, en los viñedos propios de Vistahermosa.

Vino elaborado utilizando técnicas enológicas más actuales. En fase visual, tenemos un amarillo pálido con reflejos verdosos, limpio y brillante. En fase olfativa, fresco y fragante con notas florales y frutales. En boca suave, aterciopelado con buena acidez y notas cítricas.

MARISCOS, PESCADOS BLANCOS POCO CONDIMENTADOS Y A LA PARRILLA.

TRES LEONES

Vino naturalmente dulce elaborado con uvas 100% moscatel de Alejandría y que pertenece a la D.O. Málaga.

Las uvas recolectadas en su punto óptimo de maduración, se someten al proceso de asoleo en los paseros, para así lograr por deshidratación, una concentración de azúcares suficiente que permita conseguir por fermentación un porcentaje de alcohol de 13 grados y queden azúcares suficientes sin transformar.

Se obtiene así un vino amarillo dorado, limpio y brillante. En fase olfativa, aromas de fruta madura, membrillo, mermeladas, frutas escarchadas y vainilla. En boca completo, suave, glicérico con un final largo y persistente.

FOIE Y POSTRES CON FRUTAS Y NUECES. BIENMESABE ANTEOURANO. QUESOS AZULES.

MOSCATEL NARANJA

Vino dulce de licor aromatizado elaborado con uvas 100% moscatel de Alejandría.

Maceración durante 60 días, en el vino resultante, de cáscaras de naranjas cachorreñas previamente desecadas. El producto final presenta en fase visual un color amarillo dorado, limpio y brillante. Aromas florales y frutales donde predominan las notas de naranja y las notas típicas de moscatel. En boca fresco y ligero con un fondo amargoso muy elegante y original.

ENSALADAS VEGETALES Y AGRIDULCES. POSTRES A BASE DE CHOCOLATES.

MOSCATEL RESERVA DE FAMILIA

Vino dulce de licor noble, elaborado a partir de uvas de la variedad moscatel de Alejandría, pasificadas por la ancestral técnica de asoleo directo durante 15 días aproximadamente. Denominación de Origen Málaga.

El vino resultante, muy denso y con una gran concentración de azúcares, se somete a la crianza oxidativa durante 24 meses en botas de 500 litros de roble francés allier con tostados ligeros. El resultado final es un vino ámbar oscuro con reflejos oro viejo. Aromas muy complejos donde destacan notas de frutas maduras, miel de romero, tabaco fresco y té. Madera muy bien integrada. En boca denso, potente, con buen equilibrio dulce-acidez. Postgusto pizarroso y persistente.

CHOCOLATES CON FRUTAS ROJAS (CEREZAS, MORAS, ARANDANOS), BIZCOHOS CON FRUTAS CONFITADAS.

PEDRO XIMÉNEZ RESERVA DE FAMILIA

Vino dulce de licor elaborado a partir de uvas de la variedad Pedro Ximénez, pasificadas por asoleo directo durante 12-15 días aproximadamente. Denominación de Origen Málaga.

El vino resultante muy denso y con una gran concentración de azúcares, se somete a una crianza oxidativa durante 24 meses en botas de roble francés vosges con tostados medios. El resultado final es un vino color caoba oscuro con reflejos ambarinos. En fase olfativa, intenso, con notas de frutas pasificadas, dátiles y un fondo de tostados y maderas. En boca dulce y elegante en la entrada, con paso de boca untuoso y un final largo y persistente.

HELADOS DE CHOCOLATE Y TURRON. FRUTOS SECOS Y QUESOS AZULES.

BRANDY 1885 EDICIÓN ESPECIAL

Brandy solera elaborado por destilación a fuego directo con leña y en alquitaras de cobre, de vinos secos de calidad procedentes de uvas de la variedad Pedro Ximénez.

Crianza oxidativa durante 34 años en botas de roble americano que han contenido vinos dulces Pedro Ximénez durante 30 años. Para esta edición especial se seleccionaron botas que habían contenido Málaga Virgen y no pudieron ser expedidas a Oslo por la invasión de Noruega por Hitler. En fase visual presenta un color caoba con ribetes iodados. En nariz potente y complejo, con recuerdos de vinos trasañejos de Málaga, combinados con frutos secos, vainilla y tostados. En boca potente, untuoso, redondo y con un larguísimo postgusto.

QUESOS UNTUOSOS Y DE TEXTURA CREMOSA. CHOCOLATES CREMOSOS. TAMBIEN COMBINA EN SOBREMESA CON HABANOS DE GRAN FORTALEZA, DENSOS, PICANTES Y TERROSOS.



colaboran

