

Menús i receptes

BENICARLÓ

XXV FESTA DE LA CARXOFA

ANY 2018



Jornades del Pinxo, del 12 al 28 de gener
Demostració gastronòmica, 28 de gener
Jornades Gastronòmiques, del 28 de gener al 4 de març

XXV DEMOSTRACIÓ GASTRONÒMICA

Diuenge 28 de gener _ PARTICIPANTS



Restaurant Vermuteria Tràngol	Av. de València, 19
Pau Restaurant Arrocería Mediterránea	Av. del Marqués de Benicarló, 11
Associació de la Dona	Pda. de Sanadorlí, 29
CIP de Formació Professional Benicarló	Av. de les Corts Valencianes, 2
Forn i Pastisseria T. Avila	C. de Ramón y Cajal, 15
Hotel Restaurante Rosi	C. del Dr. Fléming, 50
Parador de Benicarló	Av. del Papa Luna, 5
Restaurante Chuanet	Av. del Papa Luna, sn
Restaurante Arroceria La Mar de Bo	Av. del Marquès de Benicarló, 30
Associació Dona Llauradora	C. de Cèsar Cataldo, 2
Restaurante El Cortijo Hnos. Rico	Av. de Méndez Núñez, 85
Restaurante Pizzeria Mare Meua	Port Esportiu, bloc 2, 1r
Xanadu Restaurante-Taperia	Pl. dels Mestres del Temple, 3
Restaurante San Rafael	C. de Mossén Lajunta, 24
Restaurante Neptuno	Pg. Marítim, 94
Pim Pam Peix Allipebreria	Pl. dels Mestres del Temple, 3
Casa Golo	Port Esportiu Benicarló, bloc 1, planta 1a

RESTAURANTS PARTICIPANTS A LES JORNADES GASTRONÒMIQUES



CIPFP

CHUANET

ROSI

NEPTUNO

PARADOR

C. DE PENÍSCOLA

AV. DE LES CORTS VALENCIANES

C. DE VALÈNCIA

C. DEL 9 D'OCTUBRE

C. DEL DR FLÉMING

PASSEIG MARÍTIM

C. D'AUSIÀS MARCH

AV. DEL PAPA LUNA

AV. T.

PLAÇA DE LA
CONSTITUCIÓ

C. DE PIUS XII

SAN RAFAEL
(C. DE MOSSÉN LAJUNTA)

C. DE JOAN XIII

AV. DE IECLA

PASSEIG MARÍTIM

C. DE CÉSAR CATALDO

C. DEL CRIST DE LA MAR

C. DE MÉNDEZ NÚÑEZ

TRÀNGOL

EL CORTIJO

XANADÚ

LA MAR DE BO

PIM PAM PEIX

CASA GOLO

PAU

PORT ESPORTIU

MARE MEUA

AV. DEL MARQUÉS DE BENICARLÓ

Ensalada de carxofes, sardines fumades, germinats i escalunya dolça
Ensalada de alcachofas, sardina ahumada, germinados y chalota dulce

Carxofes confitades a baixa temperatura amb cansalada viada ibèrica, pinyons i beixamel suau de carxofes
Alcachofas confitadas a baja temperatura con panceta ibérica, piñones y suave bechamel de alcachofas

Mandonguilles de sépia i carxofes amb salsa marinera
Albóndigas de sepia y alcachofas con salsa marinera

Llagostins amb alls tendres i carxofes amb llima
Langostinos con ajos tiernos y alcachofas al limón

Per dinar / Para comer
Arròs de carxofes amb cloïsses i gambes
Arroz de alcachofas con almejas y gambas

Per sopar / Para cenar
Rap amb cloïsses i carxofes a l'estil Casa Golo
Rape con almejas y alcachofas al estilo Casa Golo

Pastís de brull amb mermelada de carxofa i gelat de llet merengada
Tarta de quesón con mermelada de alcachofas y helado de leche merengada

Bodega
Rueda: Lagartijo
Rioja: Viña Salcedo
Cava Penedés: Chenine

Aquest menú inclou 1 botella per cada 2 persones / *Este menú incluye 1 botella por cada 2 personas*

Aigua mineral i cafés / *Agua mineral y cafés*

Preu / Precio: 35 euros (IVA inclòs / *IVA incluido*)

Mínim, 2 persones / *Mínimo, 2 personas*



Aperitiu de la casa
Aperitivo de la casa

Ensalada en copa de Martini amb algues marines, carxofa, llagostins i bonítol (2018)
Ensalada en copa de Martini con algas marinas, alcachofa, langostinos y bonito (2018)

Braves de carxofa amb salda romesco estil Chuanet (2016)
Bravas de alcachofa con salsa romescu estilo Chuanet (2016)

Guisat de sépia amb carxofa i pataques (2018)
Guiso de sepia con alcachofa y patatas (2018)

Caneló farcit de pollastre de corral amb carxofa (2017)
Canelón relleno de pollo de corral con alcachofa (2017)

Arròs amb carxofa i ortigues de mar (2018)
Arroz con alcachofa y ortigas de mar (2018)

Prepostres / *Prepostre*
Calipo de carxofa (2018)
Calipo de alcachofa (2018)

Postres / *Postre*
Bavaresa de praliné, xocolata, carxofa i terra de l'horta de Benicarló (2018)
Bavaroise de praline, chocolate, alcachofa y tierra de la huerta de Benicarlo (2018)

Preu / *Precio*: 40,00 euros (IVA inclòs / *IVA incluido*)

El menú se serveix només a taula completa / *El menú se sirve sólo a mesa completa*

Beguda no inclosa / *Bebida no incluida*

Els nostres snacks

Nuestros snacks

Llagostins, carxofes i tocs cítrics del Maestrat
Langostinos, alcachofas y toques cítricos del Maestrat

Cruixent amb saltejat de carxofa-calçot i glacejat de galera
Crujiente con salteado de alcachofa-calçot y glaseado de galera

Escabeteu suau de carxofes, polp a caduf a la brasa i emulsió d'all negre
Escabeche suave de alcachofas, pulpo a caduf a la brasa y emulsión de ajo negro

Arròs caldós Montsià, carxofa, sèpia i cranc blau
Arroz caldoso Montsià, alcachofa, sepia y cangrejo azul

Filet de corbina, all i pebre thai de carxofes i bolets
Filete de corvina, ajo y pimienta thai de alcachofas y setas

Perdiu rostida a baixa temperatura, farcellets de carxofes i reducció de monestrell
Perdiz asada a baja temperatura, saquitos de alcachofas y reducción de monestrell

Prepostres

Les postres de la pastisseria
Los postres de la pastelería

Petits fours

Assortiment de pans artesans / *Surtido de panes artesanos*

Bodega

Vi blanc Roques Negres (macabeu). Vi de Castelló (Les Useres)
Vi negre Roques Negres Francisco Salvador (monestrell i syrah). Vi de Castelló (Les Useres)
Cava Idilicum. DO Cava
Café Smart Coffee. Cafés Bo

Aigua mineral / *Agua mineral*

VII Encuentros Gastronómicos de la Carxofa de Benicarló
VII Encuentros Gastronómicos de la Carxofa de Benicarló

Del 24 de febrer al 10 de març de 2018
Del 24 de febrero al 10 de marzo de 2018

Preu / Precio: 35 euros (IVA inclòs / IVA incluido)

No inclou la beguda
No incluye la bebida



Aperitiu de benvinguda / *Aperitivo bienvenida*

Crema de rap i carxofa

Crema de rape y alcachofa

Cruixent de carxofa i abadejo

Crujiente de alcachofa y bacalao

Ensalada verda amb carxofes, coetes de gamba roja i foie semicuit

Ensalada verde con alcachofas, colitas de gamba roja y foie micuit sobre tosta con su mermelada

Llagostins de llotja

Langostinos de lonja

Petxines variades gallegues gratinades

Zamburiñas gallegas gratinadas

Raviolis d'albergínia farcits de carxofa i llamàntol (fornejats)

Raviolis de berenjena rellenos de alcachofa y bogavante (horneados)

Sorbet de cítrics Costa Azahar

Sorbete de cítricos Costa Azahar

Centre de rellom de vedella a la planxa amb guarnició de carxofes a l'estil Felip II

Centro de solomillo de ternera a la plancha con guarnición de alcachofas al estilo Felipe II

Pastís de gianduja d'avellana amb gelat artesà i fruites naturals

Pastel gianduja de avellana con helado artesano y frutas naturales

Café i copeta / *Café y chupitos*

Minipastisset de carxofa amb moniato / *Minipastisset de alcachofa con boniato*

Vins seleccionats de la nostra bodega / *Vinos seleccionados de nuestra bodega*

Preu / *Precio*: 42 euros (IVA inclòs / *IVA incluido*)

* Important / *Importante*:

És possible canviar els raviolis per arròs amb carxofa i calamarsons, si ho demana la taula completa / *La mesa entera que desee un arroz con alcachofas y chipirones en vez de los raviolis, podrá ser posible.*

En el menú del sopar: El client que ho desitge podrà canviar el tercer plat per un altre que recomane el restaurant / *En el menú de la cena: En el tercer plato, el cliente que lo desee podrá elegir otro distinto por nosotros recomendado.*

Entrants / Entrantes

Peixet fregit
Pescadito frito

Carxofa farcida de brandada d'abadejo i llagostins de Benicarló
Alcachofa rellena de brandada de bacalao y langostino de Benicarló

Primer / Primero

Pastís de polp i carxofa sobre espill de salsa americana
Pastel de pulpo y alcachofa sobre espejo de salsa americana

Segon / Segundo

Milfulls de carxofes i foie caramel·litzat amb salsa de porto
Milhojas de alcachofa y foie caramelizado con salsa de oporto

Tercer / Tercero

Rellom ibèric amb salsa de carxofa
Solomillo ibérico con salsa de alcachofa

Postres casolanes de carxofa
Postre casero de alcachofa

Bodega

Negre Rioja / *Tinto Rioja*
Blanc Rueda / *Blanco Rueda*
Cava

Café i copeta de carxofa / *Café y chupito de alcachofa*

Preu / *Precio*: 23 euros (IVA inclòs / *IVA incluido*)



Ensalada de carxofes a la benicarlanda
Ensalada de alcachofas a la benicarlanda

Llagostins del terreny
Langostinos del terreno

Carxofa amb salsa de foie
Alcachofa con salsa de foie

Arròs mariner amb polp i carxofa
Arroz marinero con pulpo y alcachofa

Flam de carxofa o postres caseres a escollir
Flan de alcachofa o postre casero a elegir

Bodega / *Bodega*

Negre: Montecillo Rioja / *Tinto: Montecillo Rioja*

Blanc: Duquesa de Valladolid verdejo / *Blanco: Duquesa de Valladolid verdejo*

Rosat: Casa Valdés / *Rosado: Casa Valdés*

Preu / *Precio*: 20 euros (IVA inclòs / *IVA incluido*)

Ensalada de carxofes, tomaca rosa, alvocat i algues amb sardina fumada i suau vinagreta de quicos
Ensalada de alcachofas, tomate rosa, aguacate y algas con su sardina ahumada y suave vinagreta de kikos.

Pasta brick farcida de carxofes, morella d'ànec amb salsa Soubise de poma
Pasta brick rellena de alcachofas, mollejas de pato con su soubise de manzana

Carxofes i orella de bellota amb la seua cremeta
Alcachofas y oreja de bellota con su cremita

Crema fusió de carxofa terra i mar
Crema fusión de alcachofa tierra y mar

Minicanelons de carxofes i llagostins gratinats amb formatge trufat de Morella
Minicanelones de alcachofas y langostinos gratinados con queso trufado de Morella

Figatell de carxofes i corder curri i mango
Figatell de alcachofas y cordero curry y mango

Lingot de mousse de xocolate i carxofa amb el seu granissat de xampany rosat i préssec de vinya
Lingote de mosse de chocolate y alcachofa con su granizado de champán rosado y melocotón de viña

Bodega / Bodega

A escollir (botella 2 persones) / A elegir (botella 2 personas):

Vi blanc Séptimo Sentido verdejo / *Vino blanco Séptimo Sentido verdejo*

Vi negre ull de llebre Serres (DO Rioja) / *Vino tinto tempranillo Serres (DO Rioja)*

Cava brut selecció especial / *Cava brut selección especial*

Pa i aigües minerals / *Pan y aguas minerales*

Cafés amb pastes d'anís i licor de carxofa Cynarina de Benicarló
Cafés con sus pastitas de anis y licor de alcachofa Cynarina de Benicarló

Preu / Precio: 36 euros (IVA inclòs / IVA incluido)

Menú 1

Entrants / Entrantes

Cors de carxofa amb romesco
Corazones de alcachofa al romesco

Sépia i carxofes maridades entre un panet amb allioli de tinta
Sepia y alcachofa maridadas entre bollito con ajo aceite de tinta

Crema de carxofa amb llagostí i curri
Crema de alcachofa con langostino y curry

Crep de carxofa i ànec del Delta gratinat amb formatge de les Coves
Crêpe de alcachofa y pato del Delta gratinado con queso de les Coves

Rossejat d'arròs amb galeres, calamarets i carxofes
Arrosajat de galeras, calamarets y alcachofas

Brownie de xocolate blanc amb carxofes i cremós tebi
Brownie de chocolate blanco con alcachofas y cremoso templado

Bodega / Bodega

Vins blancs, rosats i negres selecció del Parador / *Vinos blancos, rosados y tintos selección del Parador*

Copa de cava / *Copa de cava*

Aigües minerals / *Aguas minerales*

Preu / *Precio*: 28 euros (IVA inclòs / *IVA incluido*)

Menú Homenatge 25 aniversari

Entrants / Entrantes

Cors de carxofa amb romesco

Corazones de alcachofa al romesco

Sépia i carxofes maridades entre un panet amb allioli de tinta
Sepia y alcachofa maridadas entre bollito con ajo aceite de tinta

Crema de carxofa amb llagostí i curri

Crema de alcachofa con langostino y curry

Ou panko sobre llit de carxofes ofegades amb alls i pinyons
Huevo Panko en lecho de alcachofas rehogadas con ajos y piñones

Pota de polp amb carxofes amb ceba

Pata de pulpo con alcachofas encebolladas

Sorbet de mojito de carxofa

Sorbete de mojito de alcachofa

Rostit de corder del Maestrat amb carxofes i crema de café

Asado de Cordero del Maestrazgo con alcachofas y crema de Café

El París-Brest de carxofa sobre coulis d'ametles

El "París - Brest" de alcachofa sobre coulis de almendras

Café o infusió amb petit four de carxofes

Café o infusión con petit four de alcachofa

Bodega / Bodega

Vins blancs, rosats i negres selecció del Parador / *Vinos blancos, rosados y tintos selección del Parador*

Copa de cava / *Copa de cava*

Aigües minerals / *Aguas minerales*

Preu / Precio: 38 euros (IVA inclòs / IVA incluido)

PAU RESTAURANT

ARROSSERIA MEDITERRÀNIA

AV. DEL MARQUÉS DE BENICARLÓ, 11
TEL. 964 470 546



Aperitiu de cebiche de llagostins amb amaniment de cítrics i fruita de la passió
Aperitivo de ceviche de langostinos y alcachofas con aliño de cítricos y fruta de la pasión

Ravioli d'abadejo farcit de brandada amb carxofa i amaniment de pistatxo texturitzat
Ravioli de bacalao relleno de brandada con alcachofa y aderezo de pistacho texturizado

Ensalada de verds amb tempura cruixent de carxofa i salsa romesco
Ensalada de verdes con tempura crujiente de alcachofa y salsa romesco

Llom de rèmol al forn sobre llit de fideus de muntanya amb carxofes i bolets amb trufa
Lomo de rodaballo al horno sobre lecho de fideos de montaña con alcachofas y setas a la trufa

Espatleta de corder confitat, aromatitzat amb herbes i carxofes a la cassola
Paletila de cordero lechal confitado, aromatizado a las hierbas y alcachofas a la cazuela

Fondant de xocolata i cor de crema original acaramel·lada francesa de Spéculoos
Fondant de chocolate i cor de crema original acaramelada francesa de Spéculoos

Bodega / Bodega

Vi negre DO Rioja / *Vino tinto DO Rioja*

Vi blanc verdejo DO Rueda / *Vino blanco DO Rueda*

Preu / *Precio*: 38 euros (IVA inclòs / *IVA incluido*)



Aperitiu 1: Truita líquida i cruixent de carxofa

Aperitivo 1: Tortilla líquida y crujiente de alcachofa

Aperitiu 2: Bombó de gamba amb interior de carxofa, shichimi togarashi i sèsam cantonés

Aperitivo 2: Bombón de gamba con interior de alcachofa, sichimi tougarashi y sésamo cantonés

Carxofa Màtrix Pim Pam: Hoisin, mousse escabetchada de tonyina i anxoves i botànics frescos

Alcachofa Mátrix Pim Pam: Hoisin, mouse escabechada de atún y anchoas, botánicos frescos

Croqueta cremosa de fongs i carxofa amb migas ibèriques i pinyons

Croqueta cremosa de hongos y alcachofa con migas ibéricas y piñones

Roll cruixent de lluç embolicat en alga, salsa anís-fenoll, relom de vieira,
carxofes fregides, papes de nori i salicòrnia

*Roll crujiente de merluza envuelta en alga, salsa anís-hinojo,
solomillo de vieira, alcachofas fritas, papas de nori y salicornia*

(Tenim la possibilitat de servir carn com a opció de plat principal, si el client ho desitja)
(Tendremos disponibilidad de carne como opción de plato principal si el cliente lo desea)

Pastisset de moca i praliné, salsa de tequila, mousse i sal de xocolates

Tartita de moka y praliné, salsa de tequila, mouse y sal de chocolates

Beguda no inclosa / *Bebida no incluida*

Preu / Precio: 27 euros (IVA inclòs / IVA incluido)



Xips de carxofa amb paté d'albergínia, pinyons, sal de pernil i mel de canya
Chips de alcachofa con paté de berenjenas, piñones, sal de jamón y miel de caña

Ensalada mesclum de carxofes i piràmide de gall de corral escabetchat amb vinagreta de fruites del bosc
Ensalada mezclum de alcachofas y piramide de gallo de corral escabechado con vinagreta de frutos del bosque

Saltat de carxofes i favetes de soja amb morelles, polp i teula de parmesà
Salteado de alcachofas y habitas de soja con mollejas, pulpo y teja de parmesano

Cuscús negre de carxofa, bròquil i safanòria amb tires de calamar i ou escaldat
Cuscús negro de alcachofas, brócoli y zanahoria con tiras de calamar y huevo poché

Arròs melós de carxofes, algues marines, papada ibèrica i llamàntol (menú migdia)
Arroz meloso de alcachofas, algas marinas, papada ibérica y bogavante (menú de mediodía)

Lloms de rap de llotja amb carxofes, salsa americana, navalles i gambes (menú de nit)
Lomos de rape de lonja con alcachofas, salsa americana, navajas y gambas (menú de noche)

Postres / Postre

Copa especial Rosi

Café, copeta i rotllet casolà d'anís / *Café, chupito y rosco casero de anís*

Bodega

Vi negre / *Vino tinto*

Vi blanc o cava selecció Rosi / *Vino blanco o cava selección Rosi*

Refrescs / *Refrescos*

Preu / *Precio*: 34 euros (IVA inclòs / *IVA incluido*)



Triple causa limenya:
papa vs. lloms de cavalla i carxofa
papa morada vs. pollastre de corral i carxofa
moniato vs. alvocat i carxofa

Triple causa limeña:
papa vs. lomos de caballa y alcachofa
papa morada vs. pollo de corral y alcachofa
moniato vs. aguacate y alcachofa

Broqueta de kefta rostida amb tagin i carxofes amb salsa de quefir mel, llima i herba-sana
Brocheta de köfte asado en tajine con alcachofas y salsa de kéfir miel, limón y hierbabuena

Poh pia sod al vapor de llagostins i carxofes amb salsa agrepicant
Poh pia sod al vapor de langostinos y alcachofas con salsa agripicante

Ramen amb redó de rap i cansalada viada, wakame, carxofes i ajitsuke tamago
Ramen con redondo de rape y panceta, wakame, alcachofas y ajitsuke tamago

Costella de vedella a baixa temperatura lacada amb teriyaki i carxofes amb el seu suc
Costilla de ternera a baja temperatura laqueada con teriyaki y alcachofas en su jugo

Cannoli de ricotta i ametla, llima i safrà amb dolç de carxofa
Cannoli de ricotta y almendra, limón y azahar con dulce de alcachofa

Café i poops
Café y poops

Beguda no inclosa / *Bebida no incluida*

Preu / *Precio*: 27,00 euros (IVA inclòs / *IVA incluido*)

Aperitiu 1: Truita líquida i cruixent de carxofa
Aperitivo 1: Tortilla líquida y crujiente de alcachofa

Aperitiu 2: Bombó de gamba amb interior de carxofa, shichimi togarashi i sèsam cantonés
Aperitivo 2: Bombón de gamba con interior de alcachofa, sichimi tougarashi y sésamo cantonés

Carxofa Màtrix: Hoisin, botànics frescs i escabetx de tigre
Alcachofa Mátrix Pim Pam: Hoisin, botánicos frescos y escabeche de tigre

Croqueta cremosa de fongs i carxofa amb migas ibèriques i pinyons
Croqueta cremosa de hongos y alcachofa con migas ibéricas y piñones

Roll cruixent de lluç embolicat en alga, salsa anís-fenoll, rellom de vieira,
carxofes fregides, papas de nori i salicòrnia

*Roll crujiente de merluza envuelta en alga, salsa anís-hinojo, solomillo de vieira,
alcachofas fritas, papas de nori y salicornia*

Galtes de vedella lacada amb carxofes estofades amb els seus suc,
parmentier cremosa de xirivía, caneló de calçots i cuscús vegetal

*Carrillera de ternera lacada con alcachofas estofadas en sus jugos,
parmentier cremosa de chirivía, canelón de calçots y cuscús vegetal*

Pastisset de moca i praliné, salsa de tequila, mousse i sal de xocolates
Tartita de moka y praliné, salsa de tequila, mouse y sal de chocolates

Beguda no inclosa / *Bebida no incluida*

Preu / *Precio*: 32 euros (IVA inclòs / *IVA incluido*)

Entrants / Entrantes

Ensalada de carpaccio de polp, carxofa i vinagreta cítrica de fruits secs
Ensalada de carpaccio de pulpo, alcachofa y vinagreta cítrica de frutos secos

Crema de carxofa i boletus
Crema de alcachofa y boletus

Flor de carxofa amb pernil ibèric, ou filat amb salsa suau
Flor de alcachofa con jamón ibérico, huevo hilado con salsa suave

Primer plat / Primer plato

Lasanya de carxofa, formatge de cabra i beixamel
Lasaña de alcachofa, queso de cabra y bechamel

Segon plat / Segundo plato

Caldereta de rap i carxofes
Caldereta de rape y alcachofas

Beguda, postres i café / *Bebida, postre y café*

Bodega
Rioja
Rias Baixas
Rueda

RECEPTARI



Polp amb carxofes i gírgoles de card Casa Golo / Pulpo con alcachofas y setas de cardo Casa Golo

Ingredients (per a 4 persones):

- 1,5 kg de polp
- 1 porro
- 3 grans d'all
- 150 g de pernil ibèric
- 8 carxofes
- 200 g de gírgoles de card
- sal al gust
- 100 ml d'oli d'oliva
- 150 ml de vi blanc

Ingredientes (para 4 personas):

- pulpo de 1,5 kg
- 1 puerro
- 3 dientes de ajo
- jamón ibérico 150 gr
- 8 alcachofas
- setas de cardo 200gr
- sal al gusto
- 100ml de aceite de oliva
- 150 ml de vino blanco



Elaboració:

Bulliu el polp, trossegeu-lo i reserveu-lo.

Talleu el porro en trossos menuts i, seguidament, talleu també els alls i les gírgoles. Talleu el pernil i reserveu-lo. A continuació, poseu una cassola al foc, no molt fort, i aboqueu-hi l'oli d'oliva i les verdures.

Quan estiguen escalfades, incorporeu el vi, el pernil i saleu-lo. Immediatament després, afegiu el polp trossejat i remoueu suauement fins que tot s'haja mesclat.

Per a presentar-lo, utilitzeu un plat gran i afegiu una mica de pimentó de La Vera a les vores del plat i al polp.

Elaboración:

Hervimos el pulpo, lo troceamos y lo reservamos.

Cortamos el puerro en trozos pequeños, cortamos los ajos y las setas. Cortamos el jamón y reservamos.

A continuación ponemos una cazuela en el fuego no muy fuerte, incorporamos el aceite de oliva y las verduras, una vez estén pochadas incorporamos el vino, el jamón y sazonamos, acto seguido incorporamos el pulpo ya troceado y removemos suavemente hasta que se mezcle.

Para el emplatado, un plato grande donde le añadimos un poco de pimentón de La Vera por los bordes del plato y encima del pulpo.

Púding de carxofa / *Pudín de Alcachofa*

Ingredients:

- 4 carxofes de Benicarló
- 200 g de sucre
- 1 llima
- ½ litre de llet
- 6 ous
- canella
- caramel

Ingredientes:

- 4 alcachofas de Benicarló
- 200 gr de azúcar
- 1 limón
- ½ l de leche
- 6 huevos
- canela
- caramelo



Elaboració:

Bulliu les carxofes, la llima trossejada sense llevar-li la pell i el sucre. Quan les carxofes estiguen bullides, retireu-les, talleu els cors a trossos menuts i reserveu-les.

Separadament, feu bullir la llet amb la canella i sucre. A continuació, coleu-la i afegiu la carxofa trossejada i els ous batuts a punt de truita. Barregeu-lo tot i reserveu-lo.

Agafeu una budinera (motlle d'alumini per a rebosteria fàcil d'adquirir) i cobriu el fons amb caramel.

Aboqueu-hi tota la barreja reservada i introduïu-la al forn a 200°C durant 35 o 40 minuts. Controleu que no es creme i pinxeu-lo de tant en tant fins que surta net. Deixeu-lo refredar, desemmotlleu-lo i serviu-lo.

Preparación:

Hervir las alcachofas, el limón troceado con corteza y el azúcar. Retirar, cortar a trocitos pequeños los corazones de las alcachofas y reservar. A parte, hervir la leche con canela y azúcar.

Colar la leche y añadirle la alcachofa troceada y los huevos batidos a punto de tortilla. Mezclarlo todo bien y reservar. Disponer una budinera (molde de aluminio para repostera de fácil adquisición) y cubrir el fondo con caramelo.

Añadir toda la mezcla reservada e introducir en el horno a unos 200C durante 35 o 40 minutos.

Ir controlando que no se queme e ir pinchando con un palillo hasta que este salga limpio.

Dejar enfriar, des moldear y servir.

Polp a la gallega amb carxofes / Pulpo a la gallega con alcachofas

Ingredients:

- 500 g de polp cuit
- 250 g de patata cuita
- 75 g de nata per cuinar
- 1 botella de sífó
- 100 g d'oli de gira-sol
- 15 g de pimentó de La Vera
- 2 làmines de gelatina
- 75 g de caldo de polp
- 75 g de mantega
- 100 g de carxofes tallades en quarts i confitades en oli d'oliva verge extra

Ingredientes:

- 500 gr de pulpo cocido
- 250 gr de patata cocida
- 75 gr nata culinaria
- 2 cargas de sífón
- 100 gr de aceite de girasol
- 15 gr de pimentón de la Vera
- 2 hojas de gelatina
- 75 gr de caldo de pulpo
- 75 gr de mantequilla
- 100 gr de alcachofas en cuartos y confitada en AOVE



Elaboració:

Pelev les pataques i passeu-les pel passapuré. Barregeu-les amb la nata, la mantega i una mica de sal. Afegiu la gelatina hidratada. A continuació, coleu la barreja amb un colador fi, poseu-la en un sífó de 0,5 l i reserveu-la. Tallem en rodanxes les potes del polp i reserveu-les en calent, en oli amb pimentó de La Vera. Per a fer el polp cruixent, tritureu uns trossos de polp i carxofa amb una mica de puré de pataques i feu una pasta. Esteneu-ho en un Silpat i coeu-ho a 90° C durant 2 hores. Després tallem la pasta ja cuita i fregiu-la en oli abundant. Poseu una mica d'escuma a la base del plat i col·loqueu a sobre unes rodanxes de polp i dos quarts de carxofa confitada. Empolseu una mica de pimentó i escames de sal per sobre.

Elaboración:

Pelar las patatas, pasar por el pasapurés y mezclar con la nata, sal y mantequilla. Añadir la gelatina hidratada y mezclar con el resto, colar con un colador fino y poner en un sífón de 0,5l y reservar. Cortar en rodajas las patas de pulpo y reservar en caliente, en un aceite infusionado con pimentón de la Vera. Para el crujiente de pulpo, tritar unos trozos de pulpo y alcachofa con un poco de puré de patata y hacer una pasta. Extender en un silpat lo más fino posible y poner a secar a 90° durante 2 horas. Cortar y freír en abundante aceite. Para emplatar, poner un poco de espuma en la base del plato, encima unas rodajas de pulpo y dos cuartos de alcachofa confitada. Espolvorear con un poco de pimentón y escamas de sal.

Croquetes de pebrots de Padrón, formatge de cabra i carxofes
Croquetes de pimientos de Padrón, queso de cabra y alcachofas

Ingredients:

- 200 g de formatge de cabra
- 200 g de pebrots de Padrón
- 100 g de ceba
- 150 g de farina
- 0,25 l d'oli de gira-sol
- 200 g de formatge per untar
- 0,5 l de llet
- 500 g de carxofes
- una cullerada de pa ratllat
- sal
- pebre blanc

Ingredientes:

- 200 gr de queso de cabra
- 200 gr de pimientos del Padrón
- 100 gr de cebolla
- 150 gr de harina
- 0,25 l de Aceite de girasol
- 200 gr de queso de untar
- 0,5 l de leche
- 500 gr de alcachofas
- una cucharada sopera de pan rallado
- sal
- pimienta blanca

Elaboració:

Talleu la ceba i les carxofes a la brunesa. Escalfeu la ceba i les carxofes a una paella amb mantega i oli. Afegiu els pebrots de Padrón i deixeu-los coure. Després, elimineu l'excés de greix i elaboreu una beixamel amb el greix, la farina i la llet. Barregeu els formatges amb una batidora i afegiu-los a la beixamel. Deixeu-la refredar i després talleu-la en quadrats per a empanar. A continuació, fregiu les croquetes fins que estiguen cruixents. Decoreu el plat amb xips de carxofa.

Elaboración:

Cortar la cebolla y las alcachofas en brunoise. Pochar en una sartén con la mantequilla y el aceite. Añadir los pimientos del Padrón y dejar cocer. Después escurrir la grasa y hacer una bechamel con la grasa, la harina y la leche. Mezclar los quesos con un tourmix y añadir a la bechamel. Dejar enfriar y después cortar en cuadrados y empanar. Freír hasta que estén crujientes. Emplatar y decorar con unos chips de alcachofa.

Cassola de carxofes amb espardenyas i angules / *Cazuela de alcachofas con espardenyas y angulas*

Ingredients (per a 4 persones):

- 500 g de cors de carxofa bullits i trossejats
- 500 g d'espardenyas
- 200 g d'angules
- oli d'oliva
- 2 grans d'all tallats en làmines
- sal
- pebre
- 2 pestetes

Ingredientes (para 4 personas):

- 1/2 kilo de corazones de alcachofas troceadas y ya hervidas
- 1/2 kilo de espardenyas
- 200 gramos de angulas
- aceite de oliva
- 2 dientes de ajo laminados
- sal
- pimienta
- 2 guindillas

Elaboració:

Poseu oli a la cassola i escalfeu-la al foc. Afegiu l'all i les pestetes. Quan els alls estiguen enrossits, col·loqueu les espardenyas. A continuació, afegiu les carxofes i salpebreu. Removeu-ho tot una mica i, després, aboqueu les angules sense deixar de remoure. Ràpidament, traieu la cassola del foc. Ja teniu el plat preparat per a servir i assaborir.

Elaboración:

Poner la cazuela al fuego con el aceite y añadir los ajos y las guindillas. Cuando los ajos estén ya doraditos colocar las espardenyas. Dorar las espardenyas y acto seguido colocar las alcachofas. Salpimentar. Remover un poquito y volcar las angulas removiéndolas. Rápidamente, sacar la cazuela del fuego, lista para servir y saborear.

Remenat de carxofes i bròcol

Ingredients:

- 2 tasses de floretes de bròcol
- 2 cullerades d'oli d'oliva
- sal i pebre negre al gust
- 2 cullerades de mantega
- 1 ceba mitjana picada
- 2 cullerades de farina
- 360 ml de caldo de pollastre
- 360 ml de llet sencera
- 100 g de formatge cheddar
- 1 cullerada de mostassa de Dijon
- 300 g de cors bullits de carxofa DO Benicarló
- salsa picant al gust
- 50 g de parmesà rallat

Elaboració:

Preescalfeu el forn per dalt i baix a 190 graus. Al mateix temps, escalfeu el caldo en un casso, sense que arribe a bullir. Després, en una olla, escalfeu l'aigua i la sal fins que arribe a ebullició i coeu el bròcol uns 5 minuts o fins que estiga tendre. Escorreu el bròcol, repasseu-lo amb aigua freda i torneu-lo a escórrer. Poseu la mantega a una paella i, quan s'haja fos, afegiu la ceba per sofregir-la fins que quede tendra, uns 5 minuts aproximadament. Després, empoleu la farina pel sofregit i remeneu-la perquè quede distribuïda. Afegiu el caldo calent i la llet i augmenteu la temperatura perquè comence a bullir sense parar de remenar.

Quan ja estiga bullit i barrejat, baixeu el foc i deixeu que es cuine i reduïsca a foc lent. Després de 5 minuts, retireu la salsa del foc i incorporeu-hi la meitat del cheddar i la mostassa. Quan el formatge s'haja fos, afegiu el bròcol i les carxofes. A continuació, salpebreu amb la sal, el pebre negre i la salsa picant. Després, poseu-ho tot en un recipient per al forn i empoleu per damunt el formatge cheddar que queda i el parmesà.

Poseu la font al forn durant 20 o 30 minuts i ja ho tindreu preparat per a menjar.

Revuelto de alcachofas y brócoli

Ingredientes:

- 2 tazas de floretes de brócoli
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- sal y pimienta negra al gusto
- 2 cucharadas de mantequilla
- 1 cebolla mediana picada
- 2 cucharadas de harina
- 360 ml de caldo de pollo
- 360 ml de leche entera
- 100 gr de queso cheddar
- 1 cucharada de mostaza de Dijon
- 300 gr de corazones de alcachofa previamente hervidas DO Benicarló
- salsa picante al gusto
- 50 gr de parmesano rallado

Elaboración:

Primero precalentamos el horno por arriba y por abajo a 190 grados. Mientras, calentamos el caldo en un cazo pero sin que llegue a hervir. Luego en una olla calentamos agua y sal hasta que llegue a ebullición y cocemos el brócoli unos 5 minutos o hasta que esté tierno. Escurremos el brócoli, lo enjuagamos en agua fría y luego lo volvemos a escurrir.

Añadimos en una sartén la mantequilla y cuando esté derretida agregamos la cebolla para que se sofría hasta quedar tierna, otros 5 minutos más o menos. Tras eso, echamos la harina espolvoreándola, removemos para que se distribuya bien e incorporamos el caldo caliente y la leche. Aumentamos la temperatura para que empiece a hervir y sin parar de removerlo.

Una vez ya ha hervido y removido, bajamos el fuego a medio y dejamos que se reduzca y cocine a fuego lento, dándole vueltas cada poco tiempo.

Después de 5 minutos retiramos la salsa del fuego e incorporamos la mitad del cheddar y la mostaza. Cuando el queso se haya derretido, agregamos el brócoli y las alcachofas.

Sazonamos con sal, pimienta negra y la salsa picante. Luego, lo metemos todo en la fuente para el horno espolvoreando la parte superior con el queso cheddar restante y el parmesano. Metemos la fuente durante 20-30 minutos y ya estaría listo para comer.

Arròs mariner amb carxofes / Arroz marinero con alcachofas

Ingredients:

- arròs bomba (100 g/persona)
- polp cuit (70 g/persona)
- llagostins
- carxofa DO Benicarló (3 per persona)
- caldo de peix
- oli d'oliva i sal

Ingredientes:

- Arroz bomba (100gr/persona)
- Pulpo 70gr/persona (previamente hervido)
- Langostinos
- Alcachofa DO Benicarló, 3 por persona
- Caldo de pescado
- Aceite de oliva y sal



Elaboració:

Poseu l'oli a la paella, afegiu els llagostins i cuineu-los una mica. Després, aparteu-los. A continuació, col·loqueu les carxofes a la mateixa paella i salteu-les. Afegiu el polp trossejat i barregeu-lo amb les carxofes. Seguidament, aboqueu l'arròs a la paella i mescleu-lo amb el polp i les carxofes just abans d'afegir el caldo i la sal.

Cuineu l'arròs durant 16-18 minuts i rectifiqueu la sal si és necessari. Quan quede poc caldo, col·loqueu els llagostins i tindreu el plat acabat.

Elaboración:

Poner el aceite en la paellera, añadir los langostinos y cocinarlos un poco, sacar de la paellera.

Añadir las alcachofas y saltear, poner el pulpo troceado y mezclar junto con las alcachofas.

Poner el arroz, mezclarlo con las alcachofas. Añadir el caldo y la sal. Cocer el arroz de dieciséis a dieciocho minutos, rectificar de sal si fuese necesario.

Cuando quede poco caldo, colocar los langostinos y terminar.

Pasta de full amb carxofes, abadejo i salsa de carxofa

Ingredients:

- 1 làmina de pasta de full
 - 500 g d'abadejo dessalat
 - 1 ceba
 - 1 l de llet
 - 500 g de carxofes
 - oli
 - farina
 - mantega
 - 1 rovell d'ou
 - pebre blanc
- Per a la salsa:
- mitja ceba
 - 300 g de carxofes
 - 100 ml de nata líquida
 - sal

Elaboració:

Coeu amb la llet l'abadejo ja escorregut i, a continuació, trossegeu-lo.

Arrebosseeu les carxofes tallades en làmines, la ceba i l'abadejo en una paella fins a enrossir-lo.

Amb la llet que sobra, la mantega, la farina, el pebre blanc i una mica de sal, prepareu una beixamel.

Quan la beixamel estiga feta, barregeu-la amb el sofregit de carxofes i abadejo.

Per a preparar el plat, esteneu la làmina de pasta de full formant un rectangle i cobriu-la amb la beixamel i el sofregit. Després, feu un rotllet i tanqueu bé els costats, pinteu-lo amb el rovell d'ou i poseu-lo al forn 15 minuts a 180 graus.

Per a fer la salsa, sofregiu la ceba amb les carxofes i afegiu la nata líquida. Després, tritureu-ho amb la batidora i poseu la salsa al foc per a reduir-la.

Serviu la pasta de full farcida amb la salsa calenta per sobre.

Hojaldre de alcachofas y bacalao con salsa de alcachofas

Ingredientes:

- 1 lámina de hojaldre
- 500 gr de bacalao desalado
- 1 cebolla
- 1 litro de leche
- 500 gr de alcachofas
- aceite
- harina
- mantequilla
- 1 yema de huevo
- pimienta blanca

Para la salsa:

- media cebolla
- 300 gr de alcachofas
- 100 ml de nata líquida
- sal

Elaboración:

Se cuece el bacalao escurrido con la leche dando un hervor y se desmenuza. En una sartén se rebozan las alcachofas cortadas a láminas, la cebolla picada y el bacalao hasta dorarlo.

Se prepara una bechamel con la leche restante, mantequilla, harina, pimienta blanca y sal. Cuando esté la bechamel hecha se junta con el sofrito de alcachofas y bacalao.

Se extiende la lámina de hojaldre formando un rectángulo y se cubre el sofrito con bechamel. Luego se enrolla y se cierra bien los lados, se pinta con la yema y se hornea 15 min a 180 grados.

Para la salsa, se sofríen las alcachofas y la cebolla y se le añade la nata líquida. Se tritura todo con la batidora y se pone la salsa al fuego para que reduzca.

Se sirve el hojaldre con salsa caliente.

Carxofes amb romesco / Alcachofas con romesco

Ingredients:

- 8 carxofes de Benicarló
- 4 rames de julivert
- 1 cullerada sopera d'oli d'oliva verge extra
- sal
- 40 g de pernil ibèric

Per a la salsa:

- 9 nyores
- 8 tomaques madures
- 3 grans d'all
- sal
- 1 cullerada de vinagre de vi blanc
- 1 tall de pa de fogassa
- 50 g d'avellanes
- 2 rames de julivert



Elaboració:

Netegeu les carxofes i deixeu-ne només el cor. Talleu els cors en quarts i envaseu-los al buit amb oli i julivert. Coeu-los al vapor a 90°C durant 16 minuts. Després, feu-li un toc amb la salamandra.

Per a fer el romesco: hidrateu les nyores en aigua freda i torreu les tomaques amb oli i sal a 180°C durant 15 minuts. Fregiu els alls, el pa, les avellanes i el julivert. Elimineu-ne l'excés d'aigua i tritureu tots els ingredients a la Thermomix amb una cullerada d'oli, sal i una cullerada de vinagre.

Muntatge:

Poseu una mica de romesco al fons del plat i, a sobre, els quarts de cor de carxofa. Per a decorar, afegiu rotllets de pernil ibèric al voltant.

Ingredientes:

- 8 alcachofas de Benicarló
- 4 ramas de perejil
- 1 cucharada sopera de AOVE
- sal
- 40 gr. de jamón ibérico

Para la salsa:

- 9 ñoras
- 8 tomates maduros
- 3 dientes de ajo
- sal
- 1 cucharada de vinagre de vino blanco
- 1 rebanada de pan de hogaza
- 50 gr de avellanas
- 2 ramitas de perejil

Elaboración:

Limpiamos las alcachofas dejando sólo los corazones, los cortamos en cuartos y los envasamos al vacío con aceite y perejil. Los cocemos al vapor 90 grados durante 16 minutos. Después daremos un toque de salamandra.

Romescu: hidratar las ñoras en agua fría, asar los tomates con aceite y sal a 180°C 15 minutos.

Freír los ajos, el pan, las avellanas y el perejil. Ecurrir. Triturar todos los ingredientes en la thermomix, con una cucharada de aceite, sal y una cucharada de vinagre.

Montar el plato, poniendo un poco de romescu en el fondo, sobre ésta los cuartos de alcachofa y alrededor unos rollitos que habremos hecho con el jamón ibérico.



Carxofes fregides amb mel

Ingredients:

- 4-6 carxofes grans
- 1-2 llimes partides per la meitat
- un raig d'oli d'oliva per a fregir
- 40 ml de mel
- sal grossa
- julivert picat (per a decorar, és opcional)

Elaboració:

Per a preparar les carxofes, retireu les fulles exteriors i deixeu la forma de l'interior de la carxofa. Talleu les carxofes per la meitat de manera que es veja el cor. Netegeu bé el tronxo fins que no tinga parts dures. Quan les tingueu tallades, unteu-les amb llima per a evitar que es posen negres. Quan estiguen u preparades, poseu una olla a bullir amb aigua i sal, afegiu les carxofes i la llima partida i deixeu-les coure 20 minuts fins que estiguen tendres. Quan estiguen preparades, escorreu-les per a eliminar tota l'aigua. Saleu-les i aboqueu tota la mel damunt de les carxofes, de manera uniforme. Poseu una mica d'oli a escalfar en una paella i, quan estiga calent, afegiu les carxofes. Deixeu-les fregir uns minuts, fins que comencen a estar dorades. Després, gireu-les perquè es cuinen pels dos costats i queden ben cruïxents. Trasladeu les carxofes a un plat amb paper de cuina per a eliminar l'excés d'oli, empoleu el julivert picat per damunt i serviu-les amb una llima partida si voleu.



Alcachofas fritas con miel

Ingredientes:

- 4-6 alcachofas grandes
- 1-2 limones partidos por la mitad
- Un chorrito de aceite de oliva para freír
- 40 ml de miel
- Sal gruesa
- Perejil Picado (para decorar, opcional)

Elaboración:

Empezamos preparando las alcachofas, retirando las hojas exteriores, dejando la forma del interior de la alcachofa, cortamos la alcachofa por la mitad y así queda expuesto el corazón, limpiamos bien el tallo hasta que no tenga partes duras. Una vez tengamos la alcachofa cortada, la untamos con limón para evitar que se ponga negra.

Una vez las tengamos preparadas, ponemos una olla con agua y sal a hervir, añadimos las alcachofas el limón partido y dejamos que cuezan 20 minutos hasta que estén tiernas. Una vez lo tengamos lisas, escurrimos las alcachofas para drenar todo el agua. Sazonamos las alcachofas y vertemos sobre ellas la miel de manera uniforme. Ponemos una sartén con un chorrito de aceite de oliva a calentar y añadimos las alcachofas cuando el aceite se caliente. Una vez hecho esto, dejamos que se fríen durante varios minutos, hasta que se empiecen a dorar, luego le damos la vuelta para que se hagan por los dos lados y queden bien crujientes. Trasladamos las alcachofas a un plato con papel de cocina para que drene el aceite, espolvoreamos el perejil picado por encima y servimos con un limón partido si se quiere.

Llenguado amb escames de carxofa i gamba roja sobre un espill de tomaca i cloïssa fina del Delta *Lenguado con escamas de alcachofas y gamba roja sobre espejo de tomate y almeja fina del Delta*

Ingredients:

- llenguado de 350 g
- 4 carxofes mitjanes
- 1 o 2 gambes o llagostins
- tomaques
- oli i sal

Ingredientes:

- lenguado de unos 350 gr
- 4 alcachofas medianas
- 1 o 2 gamba o langostino
- tomates
- aceite y sal



Elaboració:

Netegeu el llenguado i peleu-lo pels dos costats. Poseu-lo al forn amb un raig d'oli i sal. Mentre es cou, netegeu les carxofes, talleu-les en làmines fines i fregiu-les. Amb les tomaques, prepareu una salsa que servirà de base.

Per a cuinar la gamba o el llagostí, netegeu-lo, obriu-lo pel mig en forma de papallona, poseu-li un raig d'oli i feu-li una cocció ràpida al microones.

Sugeriment de presentació: poseu la salsa de tomaca que farà de base en una font i col·loqueu el llenguado a sobre. Decoreu-lo amb carxofes com si en foren les escames i deixeu el cap i la cua visibles. Coroneu el plat amb la gamba o el llagostí. El podeu decorar amb unes gotes d'oli i una mica de julivert.

Elaboración:

Empezaremos limpiando el lenguado de piel por los dos lados y lo pondremos al horno con un chorro de aceite y sal. Mientras limpiaremos las alcachofas, las cortaremos en láminas finas y freiremos. Con los tomates preparamos una salsa que nos servirá de base. La gamba o el langostino le podemos hacer una cocción rápida en microondas con un chorro de aceite, limpiándola primero y abriéndola por el medio en forma de mariposa para que quede bonito en el emplatado.

Sugerencia de presentación:

Pondremos en una fuente la salsa de tomate como base, luego el lenguado y encima se decora con alcachofas como si fueran las escamas del pescado, dejando la cabeza y la cola visibles. Con la gamba coronaremos el plato. podemos decorar con unas gotas de aceite y un poco de perejil.

Sépia amb carxofes / Sepia con alcachofas

Ingredients:

Per a la picadeta:

- 1 gra d'all
- 1 tomaca
- 1 pimentó roig
- julivert
- sal

Per al guisat:

- 2 sépies
- 1 ceba
- llorer
- fumet de peix
- 3 carxofes
- sal
- oli

Ingredientes:

Para la picada:

- 1 diente de ajo
- 1 tomate
- 1 pimiento rojo
- perejil
- sal

Para el guiso:

- 2 sepias
- 1 cebolla
- laurel
- fondo de pescado
- 3 alcachofas
- sal
- aceite



Elaboració:

Per a preparar la picadeta, poseu tots els ingredients en un got de mesurar i tritureu-los.

En una cassola, aboqueu una mica d'oli d'oliva i afegiu les carxofes tallades en quarts. Retireu-les i, amb el mateix oli, sofregiu la picadeta i la ceba tallada a la juliana.

Afegiu la sépia i sofregiu-la uns segons. A continuació, cobriu-ho tot amb el fons de peix i quan arranque a bullir afegiu les carxofes.

Rectifiqueu la sal i serviu el plat.

Elaboración:

Preparamos la picada poniendo todos los ingredientes en un vaso medidor y triturando.

En una cazuela añadimos un poco de aceite de oliva, añadimos las alcachofas troceadas a cuartos y retiramos, en ese mismo aceite sofreímos la cebolla en juliana y la picada. Añadimos la sepia y la sofreímos unos segundos, cubrimos con el fondo de pescado y cuando hierva añadimos las alcachofas. Rectificamos de sal y listo para servir.

Lluç cruixent embolicat amb nori, salsa d'anís i fonoll, carxofes i llagostins de llotja

Ingredients (per a 4 persones):

- 1 filet de lluç d'1 kg
- 4 fulles d'alga nori
- 2 ous
- 13 tallades de cansalada ibèrica curada
- 1 ceba
- 1 fenoll
- 1 copeta d'anís
- ½ got de fumet
- 1 tassa de crema de llet
- julivert
- pebre blanc
- sal
- oli
- 4 carxofes
- 1 l d'oli d'oliva
- 1 fulleta de llorer
- 8 boletes de pebre negre
- 12 llagostins
- sal
- 30 g de salicòrnia
- una cullerada de xips de nori

Elaboració:

El lluç:

Netegeu el lluç, lleveu-li les espines i talleu-lo en porcions de 200 grams. Esteneu una fulla d'alga nori i pinzelleu amb ou batut la cara superior de la fulla. A continuació, poseu a sobre unes tires fines de cansalada ibèrica curada. Afegiu una porció de lluç i enrotlleu la fulla. Reserveu-lo.

La salsa:

Talleu una ceba a la juliana i escalfeu-la en una cassola amb oli d'oliva i sal. Talleu també un fenoll fresc a la juliana i afegiu-lo. Pugeu el foc i afegiu-hi una copeta d'anís. Reduïu-ho. Afegiu un got de caldo de peix i deixeu-lo coure fins que el fenoll s'haja ablanit una mica. Afegiu un raig de crema de llet, unes rames de julivert i pebre blanc. Quan estiga tot cuit, tritureu-ho i passeu-ho per un colador fi. Ajusteu el punt de sal.

Les carxofes:

Netegeu les carxofes, deixeu-ne part del tronxo i submergeu-les en un recipient per a microones amb oli d'oliva, unes boletes de pebre i una fulla de llorer. Tapeu-ho amb paper film i cuineu-ho al microones a màxima potència durant 15 minuts.

Els llagostins:

Peleu els llagostins i deixeu-ne la cua. Feu un tall i traieu el filet intestinal. Saleu-los.

Muntatge:

Passeu el rotllo de lluç per una tempura lleguera i fregiu-lo fins que quede cruixent. Traieu l'excés d'oli i talleu-lo. Talleu les carxofes en 6 i salteu-les amb els llagostins.

En un plat fondo, aboqueu una mica de salsa i col·loqueu el lluç a sobre. Al voltant, poseu les carxofes i els llagostins. Decoreu el plat amb espàrrecs de mar i xips de nori.

Merluza crujiente envuelta en nori, salsa anís-hinojo, alcachofas y langostinos de lonja

Ingredientes (para 4 personas):

- 1 filete de merluza de 1kg
- 4 hojas de alga nori
- 2 huevo
- 13 lonchas de tocino ibérico curado
- 1 cebolla
- 1 hinojo
- 1 copita de anís
- ½ vaso de fumet
- 1 taza de crema de leche
- perejil
- pimenta blanca
- sal
- aceite
- 4 alcachofas
- 1 l de aceite de oliva
- 1 hojita de laurel
- 8 bolitas de pimenta negra
- 12 langostinos
- sal
- 30 gr de salicornia
- una cucharada sopera de chips de nori

Elaboración:

Merluza:

Limpiamos la merluza, desespina y cortamos porciones de 200 gr. Extendemos una hoja de nori. Pincelamos con huevo batido la cara superior de la hoja y colocamos encima unas tiras de finas de tocino ibérico curado; añadimos sobre esto la porción de merluza y enrollamos. Reservamos.

Salsa:

Cortamos una cebolla en juliana y pochamos en una cacerola añadiendo aceite de oliva en el fondo y sal. Cortamos también en juliana un hinojo fresco y añadimos al pochado. Subimos el fuego y mojamos con una copita de anís. Reducimos. Añadimos un vaso de caldo de pescado y dejamos cocer hasta que el hinojo ablande un poco. Añadimos un chorro de crema de leche, unas ramas de perejil y pimienta blanca. Seguimos con la cocción. Trituramos y pasamos por un colador fino. Ajustamos el punto de sal.

Alcachofas:

Limpiamos las alcachofas dejando parte de su rabo y las sumergimos en un recipiente para microondas con aceite de oliva, unas bolas de pimienta y una hoja de laurel. Tapamos con papel film y cocinamos al microondas a máxima potencia 15'.

Langostinos:

Pelamos los langostinos dejando la cola. Hacemos un corte y sacamos el hilito intestinal. Salamos.

Montaje:

Pasamos el rollito de merluza por una tempura ligera y freímos hasta que quede crujiente. Secamos y cortamos. Cortamos las alcachofas en 6 y salteamos junto con los langostinos. En un plato hondo vertemos un poco de la salsa, colocamos la merluza. Alrededor disponemos las alcachofas y los langostinos. Decoramos con espárragos de mar y unos chips de nori.

Sépia amb carxofes i bolets / Sepia con alcachofas y setas

Ingredients:

- 1 kg de sépia
- 500 g de bolets
- 500 g de carxofes
- 1 ceba
- 250 ml de fons de peix
- 1 manoll d'all tendres
- 1 cullerada sopera de salsa d'ostres
- oli d'oliva
- sal

Ingredientes:

- 1 kg de sepia
- 500 gr de setas
- 500 gr de alcachofas
- 1 cebolla
- 250 ml de fondo de pescado
- 1 manojo de ajos tiernos
- una cucharada sopera de salsa de ostras
- aceite de oliva
- sal



Elaboració:

Cobriu la base de l'olla amb oli i afegiu els alls tendres nets i tallats. Retireu-los quan s'hagen enrossit. Amb l'oli calent, enrossiu la sépia. A continuació, baixeu el foc i escalfeu la ceba tallada a trossets menuts. Seguidament, pugeu el foc i incorporeu-hi els bolets i les carxofes tallades en sis. Sofregiu-ho tot uns minuts i afegiu el caldo, la salsa d'ostres al vostre gust i els alls tendres. Deixeu-lo bullir fins que el caldo reduïska.

Corregiu la sal i ja ho podeu servir.

Elaboración:

Cubrimos la base de la olla con aceite y doramos los ajos tiernos, limpios y cortados. Lo retiramos. Con el aceite ya caliente, doramos la sepia. Bajamos el fuego y pochamos la cebolla cortada en cuadritos pequeños.

A continuación, subimos el fuego e incorporamos las setas y las alcachofas cortadas en sextos. Lo sofreímos unos minutos y agregamos el caldom, la salsa de ostras al gusto y los ajos tiernos. Dejamos que hierva hasta que reduzca el caldo. Corregir la sazón, emplatar y servir.

FESTA de la
CARXOFA
BENICARLÓ



www.ajuntamentdebenicarlo.org

Ajuntament  de Benicarló



col·laboren



renfe



FESTA
MECHERO

benihort