

COCINA FÁCIL

Acércate a las especias

Conejo a las finas hierbas

Ingredientes para 2 personas: ½ kilo de conejo, 1 naranja, 1 pomelo, 1 limón, romero, albahaca, orégano y cilantro, 1 ajo, sal y pimienta, vino blanco, cebolla.

Poner en el vaso de la batidora el ajo, las hierbas, el zumo de la naranja y del limón, pasarlo, dejar fino pero no demasiado que se noten las hierbas. Sal/pimentar el conejo, untarlo con el adobo y dejarlo de 12 a 24 horas en la nevera. Dorar la cebolla con un poco de aceite, añadirle sal y el vino, dejar reducir. En una fuente de horno colocar una cama con las cebollas y el conejo encima con todo el adobo. Hornear durante 15/20 minutos.

Emparedados de pollo al curry

Ingredientes para 4 comensales: 8 anchoas en salazón, 200 gr. de contra muslos deshuesados, 1 taza de canónigos, 1/2 taza de perejil, ½ mango, aceitunas negras, 1 pepinillo agridulce, 4 rabanitos, 8 rodajas de pan de molde, 2 pimientos del piquillo Para la mahonesa: sal, aceite de oliva suave, el zumo de 1 limón, sal. Salsa de curry: 3 c/s de mahonesa, 1 cucharada de Mascarpone o de cualquier queso crema, 1 yema de huevo cocido, Media c/c de curry ingles, unas hebras de azafrán.

Cortar en dados el pollo, lo salamos, pimentamos y lo doramos en la sartén. Lo metemos en la picadora con las anchoas y le damos un ligero picado para hacerlo más pequeño pero lo puedes picar con el cuchillo a mano. Eso según las ganas de trabajar. Picamos las hojas de canónigos, el perejil y el mango en cuadraditos lo mezclamos con el pollo y las anchoas y le añadimos salsa de curry, la cantidad necesaria para que nos quede jugoso pero no caldoso. Meter en la nevera y dejar reposar por lo menos dos horas. Para la salsa de curry: Preparamos una mahonesa como siempre, la colocamos en una hondilla y le añadimos el queso, la yema de huevo, las hebras de azafrán y la cucharita de curry, ¡¡cuidado!!, no te pases que lo estropees, pon poco, prueba y le añades más si es necesario. Remueve y mezcla bien todos los ingredientes. Lo guardamos unas horas en la nevera para que macere bien.

Mahonesa con curry: añadir una cucharada de café de curry ingles a la mahonesa

La Hierbas

·● A granel ●·

- FRUTOS SECOS ·
- ESPECIAS ·
- HIERBAS ·
- PIMENTONES ·
- PRODUCTOS TÍPICOS ·



RÚA DA CRUZ, 11
Tlf: 982 10 01 77 - 659 52 77 75
lahierbasagranel@hotmail.com