FELIZ DEGUSTAR

12 recetas navideñas con conservas de pescado y marisco

XUNTA DE GALICIA
Xacobeo 21-22
UNIÓN EUROPEA
Fondo Europeo Marítimo e de Pesca (FEMP)
ANFACO CECOPESCA
cata la lata

INTRODUCCIÓN

La Navidad es tiempo de compartir cenas en familia, tiempo de compartir tus mejores deseos en reuniones con amigos. Tiempo de celebrar que estar juntos es maravilloso...

Y como no es época de un solo deseo, te damos DOCE...

Doce postales con recetas sencillas para compartir las conservas de pescado y marisco con las personas que más quieres.

Feliz Navidad.
Feliz degustar.

TURRÓN CONSERVERO

2 latas de atún claro en aceite de oliva,
2 latas de mejillones en escabeche,
100 g queso de untar, 4 hojas de
gelatina e hinojo.

Preparación:

Abrir las latas y escurrir bien el aceite. Poner el contenido de las latas y el queso en un bol. Triturar bien con la batidora.

Por otro lado, meter las hojas de gelatina en agua fría para hidratarlas. Calentar la mezcla en la batidora a 40ºC y añadir la gelatina. Mezclar bien, echarlo en un molde y dejar enfriar durante dos horas en la nevera.

Para presentar, decorar el turrón con frutas del bosque, naranjas y una ramita de hinojo.

TOSTA DE ERIZO

1 lata de caviar de erizo, 10 tostas de pan de cristal, 4 dátiles sin hueso, 30 g de mantequilla y eneldo fresco.

Preparación:

Dejar atemperar la mantequilla y retirar el líquido de la conserva de erizo. Cortar unos dátiles en rodajitas gruesas. Untar el pan de cristal con una buena capa de mantequilla, colocar sobre ella dos rodajitas de dátil y cubrirlos con el caviar de erizo.

Decorar con otra rodajita de dátil y una ramita de eneldo fresco.

SARDINILLA Y PISTO DIFERENTE

1 lata de sardina (sardinilla) en aceite de oliva, 1 tortilla mejicana de maíz, aceite de girasol, pisto (casero o en conserva) aderezado con comino, canela y hierbabuena.

Preparación:

Cortar en 6 triángulos una tortilla de maíz mejicana y freírlos en aceite de girasol. Secar los triángulos sobre papel de cocina absorbente y reservar. Cortar en cuadraditos muy pequeños, calabacín, calabaza, cebolla y pimientos rojo, verde y amarillo. Saltear hasta que se pochen la verduras. Salar y añadir 3 cucharadas de tomate frito, comino y canela al gusto. Remover bien y dejar hacer 5 minutos más.

En el momento de servir, colocar una cucharada del pisto sobre cada triángulo de maíz y, encima, una sardinilla. Decorar con hojas de hierbabuena frescas.

MEJILLÓN EN ESCABECHE CON TOMATE ASADO

1 lata de mejillones en escabeche, 8 canastitas de salsa brisa, 8 tomates cherry, aceite de oliva, vinagre de Módena, sal y tomillo.

Preparación:

Asar en el horno a 190º unos tomates cherry aderezados con aceite de oliva, vinagre de Módena, sal y pimienta durante 15 minutos. Retirar cuando empiecen a arrugarse. Presentar en cada canastita 1 mejillón en escabeche acompañado de 1 tomate cherry.

Decorar con tomillo fresco.

VENTRESCA DE BONITO DEL NORTE EN VINAGRETA DE CURRY

1 lata de ventresca de bonito del norte en aceite de oliva, 12 hojas de cogollo de lechuga, ¼ de pimiento rojo, de verde y de amarillo, 4 tomates cherry, aceite de oliva virgen, sal, curry y mostaza dulce.

Preparación:

Cortar en cuadraditos muy pequeños: cebolla roja, tomates cherry y pimientos rojo, verde y amarillo. vMezclarlos con aceite de oliva virgen, sal, curry y mostaza dulce para conseguir una vinagreta.

Colocar la ventresca dentro de las hojas interiores de un cogollo de lechuga y cubrirlos con la vinagreta al curry.

CEVICHE DE BERBERECHOS

1 lata de berberechos al natural, 3 limas, 80 g de calabaza, ¼ de cebolla morada, aceite de oliva, cilantro fresco, salsa picante y maíces fritos.

Preparación:

Cortar en dados muy menudos la calabaza y cocerla en el microondas, al vapor, o en agua. Reservar. En un cuenco amplio, marinar la cebolla morada, cortada muy pequeña, con el zumo de media lima, el cilantro picado, un poco de sal y gotas de salsa picante al gusto. Añadir la calabaza reservada, incorporar los berberechos escurridos y mezclar bien.

Servir nuestro ceviche sobre rodajitas de lima. En el momento de servir, añadir unas gotas de aceite de oliva virgen y colocar unos maíces fritos sobre cada porción.

MINI PATATITAS RELLENAS DE ATÚN CLARO

1 lata de atún claro en aceite de oliva, 8 patatitas de guarnición, 2 cucharadas de mayonesa (con ajo, opcional), 12 aceitunas negras, perejil y sal y tallo de cebolleta o alguna hierba aromática.

Preparación:

Cocer en micro o en agua 8 patatas tipo guarnición con piel. Escurrirlas y atemperarlas. Con ayuda de una cucharita, hacer un pequeño boquete en cada patata. Reservarlas.

Mezclar el atún claro escurrido de su aceite con las aceitunas negras picadas y perejil también picado. Ligar la mezcla con mayonesa a la que se le puede incorporar un poco de ajo. Salar el interior de las patatas y rellenarlas bien con la mezcla anterior. Hornear unos 10 minutos a 190º o hasta que estén doradas. Decorar con láminas de tallos de cebolleta y alguna rodajita de aceituna negra.

CHIPIRÓN GRATINADO

1 lata de chipirones en su tinta, 2 patatas medianas, 2 cucharadas de mayonesa, ajo y cebollino.

Preparación:

Cocer 2 patatas pequeñas con su piel. Dejar templar y cortar en rodajas gruesas. Disponer sobre cada rodaja de patata un chipirón en tinta.

Napar el chipirón con un poco de mayonesa con ajo y gratinar hasta que se dore esta.

Decorar con alguna hierba aromática.

ZAMBURIÑA MEJICANA

1 lata de zamburiñas en salsa, 1 aguacate, 8 tostas o panes finos, cebolla morada, cilantro, lima, salsa picante y sal.

Preparación:

Espachurrar la carne de un aguacate con ayuda de un tenedor hasta obtener un puré. Añadir al puré el zumo de media lima, sal y unas gotas de salsa picante a nuestro gusto.
Sobre un pan o galleta finos, disponer una buena capa de puré de aguacate.

Encima, colocar la zamburiña con algo de su salsa y decorar con un arito de cebolla morada y cilantro.

TOSTA DE ANCHOA

1 lata de anchoas en aceite de oliva, 12 tostas finas, 50 g de queso de untar, 1 pera, 1 cucharada de azúcar, 1 cucharada de mantequilla, cebollino fresco.

Preparación:

Cortar una pera con piel en láminas finas. Poner en una sartén el azúcar y la mantequilla, dejar que se mezclen y derritan e incorporar las láminas de pera hasta que se pongas doraditas. Untar las tostas con queso fresco.

Colocar encima la lámina de pera, sobre ella el filete de anchoa. Decorar con cebollino.

NAVAJA EN SALSA HOLANDESA

1 lata de navajas al natural, 6 hojas de cogollo de lechuga, 1 huevo, 60 g de mantequilla, sal, pimienta, lima y mostaza.

Preparación:

Derretir la mantequilla con cuidado de que no se caliente de más y se separen suero y grasa. Reservar. Disponer en un cuenco: 1 yema de huevo, sal, pimienta, 1 chorrito de lima y 1 cucharadita de mostaza. Incorporar la mantequilla poco a poco sobre la yema mientras batimos con varillas manuales hasta que espese la salsa. Colocar las navajas sobre una hojita de lechuga y napar con la salsa holandesa exprés.

Decorar con ralladura de lima y una hoja cilantro.

PATÉ DE CABALLA

1 lata de caballa en aceite de oliva,
200 g de queso fresco, 50 g de nueces,
salsa picante, palitos de pan y zanahorias.

Preparación:

Escurrir la caballa de su aceite. En una batidora, batir la caballa con el queso fresco y las nueces hasta obtener una pasta espesa. Condimentar generosamente con una salsa picante al gusto.

Presentar el paté de caballa acompañado de diversos panes y vegetales crudos para "dipear".

XUNTA DE GALICIA

Xacobeo 21·22

UNIÓN EUROPEA
Fondo Europeo Marítimo e de Pesca (FEMP)

ANFACO CECOPESCA

cata la lata