

## Un menú de lujo con pistachos de Paco Roncero

15.01.15 | 14:59. Archivado en [Cocina](#)



Damos aquí las recetas del [prestigioso](#) chef, dos estrellas **Michelin**, que propone un lujoso menú ideal para sorprender a todos con el pistacho americano como protagonista. **Paco Roncero**, uno de los cocineros más destacados de la alta cocina española, [Premio Nacional de Gastronomía](#) en 2006 y que ostenta dos estrellas **Michelin**, nos propone este menú muy [adecuado](#) para cualquier momento de celebración, que tiene la peculiaridad de

utilizar al pistacho americano como protagonista. Unos platos muy originales que, sin duda, van a sorprender a todos nuestros invitados. Como entrante, un ajoblanco de pistacho y como plato principal un lenguado con espuma de mantequilla y pistacho.

### \* Ajoblanco de pistacho americano

^Ingredientes (para 6 personas):

- 100 ml de [aceite](#) de oliva virgen extra
- 1 ml de vinagre de Jerez
- 100 gr de ajo fresco
- 500 gr de [pistacho](#) americano
- 500 ml de agua

\* Elaboración:

1. Poner en remojo los pistachos con el agua, triturar con la batidora ligeramente para romper el pistacho americano.
2. Dejar [reposar](#) en la nevera 12 horas y pasar la mezcla por la licuadora. Colar y reservar, y ya tenemos la leche de pistacho.

Viernes, 20 de febrero

BUSCAR  Blog  Web

### Editado por



Juan Luis Recio

- Autor
- Contacto
- Facebook



### Los mejores videos



Powered by [zoomin.tv](#) (2015)

3. Blanquear el ajo 3 veces.

4. Emulsionar partiendo del ajo y aceite, ir añadiendo leche de pistacho como si de una mahonesa se tratase.



5. Poner a punto de sal y vinagre.

#### \* Lenguado con espuma de mantequilla y pistacho

\* Ingredientes (para 4 personas):

- 450 gr de patatas
- 250 gr de nata líquida
- 100 gr de mantequilla
- 50 gr de pistachos triturados
- 300 gr de **mantequilla noisette**
- Sal y pimienta
- 4 porciones de lenguado

\* Elaboración de la espuma:

1. Pelar y cortar la patata en cachelos. Cubrir de agua y poner a cocer. Cuando esté cocida, colar y reservar el agua de cocción.
2. Realizar una infusión con la nata, la mantequilla y la **mantequilla noisette**.
3. Incorporar la patata y el agua de cocción y triturar hasta obtener una crema homogénea.
4. Incorporar el praliné de pistacho (que habremos obtenido triturando los pistachos en un vaso hasta obtener un pasta homogénea) a la crema anterior y mezclar.
5. Añadir la sal y la pimienta.

Los pistachos son un nutriente rico en antioxidantes, vitaminas, proteína y fibra. Un puñado de pistachos diario resulta más rico y saludable que cualquier otro fruto seco. Están libres de colesterol y solamente contienen 1,5 gramos de grasas saturadas y 12,5 gramos de grasa saludables, provenientes de las grasas monosaturadas y la poliinsaturadas. Además, contienen una significativa cantidad de potasio y de fibra.

**Síguenos**

**Blogs destacados**

- José Pómez**  
Sobre una ola de rimas
- Juan Luis Recio**  
Tiempo de Cuaresma, tiempo de potajes, bacalaos, torrijas...
- Ángel Sáez García**  
Hoy a un sabio he saludado
- Mª Rosario Aldaz Donamaria**  
Relleno-Plato típico de Pamplona y su Cuenca
- Chris Gonzalez -Mora**  
Sebastián, mi extraordinario amigo invisible.
- Peio Sánchez Rodríguez**  
Timbuktu, las víctimas ocultas del fundamentalismo y su resistente dignidad creyente
- Javier Orrico**  
Podemos, la gramática y la asimetría
- Juan Carrasco de las Heras**  
Cincuenta sombras de Grey: ...Y pocas luces
- Antonio Florido Lozano**  
Luis Miguel Madrid: Poeta
- Mariasun Miquel**  
"La señal": ¿Quién anda ahí?
- Paulino Toribio**  
Creatividad y aislamiento
- José Andrés Prieto**