



## RECETAS

# 10 recetas de grandes chefs para disfrutar de unas Navidades de alta cocina sin salir de casa

10 recetas de chefs explicadas paso a paso para que este año tus menús navideños sean dignos de un restaurante de alta cocina.

Escrito por Mer Bonilla el 14/12/2017 a las 16:26



Si eres de los que cada año buscas superarte a ti mismo dándole una vuelta a la tradición al preparar las comidas de Navidad, has venido al sitio correcto, pues te vamos a explicar con todo lujo de detalles algunas de las recetas que formarán parte de los menús navideños diseñados por algunos de los chefs más prestigiosos del país.

Si, por el contrario, eres de los de cada año, sota, caballo y rey, no te vayas tan pronto, porque es posible que después de ver estas 10 recetas de grandes chefs se te antoje pasarte al otro bando, que siempre hay una primera vez para todo.

## 10 recetas de grandes chefs para disfrutar de la alta cocina en tus menús navideños

Las recetas que os proponemos a continuación han sido elaboradas por algunos de los mejores chefs del panorama gastronómico nacional. Se trata de recetas que formarán parte de los menús especiales ofertados por sus respectivos establecimientos de cara a las fiestas navideñas.

Casi la mayoría coinciden en el hecho de ser recetas mucho más ligeras a lo que tradicionalmente estamos acostumbrados por estas fechas y es que, disfrutar de una buena comida no debería suponer un pequeño atentado contra nuestra salud.

### Entrantes ligeros y sofisticados

Pescados y vegetales son los protagonistas de las creaciones que este grupo de chefs ha elegido para abrir boca.



**ATRÉVETE A REGALAR  
UNAS NAVIDADES DIFERENTES.**

**PayPal**

**ABRE UNA  
CUENTA GRATIS**

#### Noticias relacionadas

- Confit de pato asado con compota de manzana y patatas fritas, receta con truco que siempre es un as en la manga
- Tronco de Navidad relleno de turrón blando, postre para Nochebuena
- Espárragos rellenos de langostinos y zamburiñas
- Crema de gambones asados y rape



Quinoa con pollo y verduras, receta paso a paso



Ya puedes comprar el robot de cocina del Lidl por internet y sin hacer cola

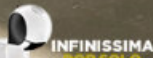


Qué comer para bajar el ácido úrico y evitar que suba



31 cenas rápidas para no complicarse la vida en octubre

# 1: Cardos salteados con foie y trufa



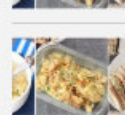
Ads by

**Martín Aristondo**, chef al frente del Restaurante Kukuarri en el NH Collection Aránzazu (Vitoria-Gasteiz Kalea, 1, 20018 Donostia, Gipuzkoa) de San Sebastián, nos presenta una receta cuya base es una verdura humilde y muy económica que magistralmente se convierte en un primer plato o entrante caliente de los que quitan el sentido.

## Receta de cardos salteados con foie y trufa

Hoy os presento un plato que para muchos puede ser un desconocido, los cardos salteados, una verdura de invierno, muy tradicional en estas fechas, económica, aunque tiene una pequeña dificultad, hay que quitarle bien las hebras o hilos.

También se comercializan en conserva, una opción a tener en cuenta.



31 cenas rápidas para no complicarse la vida en octubre



Las diferencias entre la Thermomix y el robot de cocina del Lidl



Los 11 mejores vinos por menos de 5 euros, que haberlos, los hay



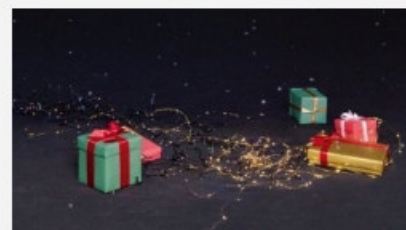
Cómo hacer un merengue perfecto paso a paso



34 recetas veganas fáciles para disfrutar comiendo verduras



16 recetas con patatas para comer bien y barato



El match perfecto: regalos de Navidad para cada estilo

Una vez cocidos se pueden saltar con ajo y jamón, añadiendo un poco del agua de cocción, o con una salsa cremosa de almendra tostada, pero hoy los haremos con ajos tiernos, foie a la plancha y trufa.

Para esta receta **para 4 personas** necesitaremos:

- 1 kg de cardos
- Un paquete de ajos tiernos
- 4 cortes de **foie** fresco de unos 50 gr cada
- Aceite de trufa y/o trufa entera
- Sal
- Limón
- Aceite de oliva
- Una cucharadita de harina

Si nos decidimos a cocer los cardos en casa, prepararemos un bol con agua fría y unas gotas de limón. Trataremos los cardos como si fueran unas pencas de acelga, hay que quitarle bien todas las hebras de arriba abajo y cortarlos en trozos no muy grandes. A medida que los vayamos pelando, lo dejaremos en el bol con agua que teníamos preparado.

Cuando estén todos limpios, los pondremos a cocer en una cazuela cubiertos de agua, una pizca de sal y unas gotas de limón.

Mientras se cuecen, limpiaremos los ajos tiernos, solo queremos la parte más blanca y quitándole la primera capa. Los cortaremos a 1 cm de largo y los ponemos a pochar despacito con aceite de oliva.

Con los cardos ya cocidos y los ajos tiernos ya pochados procedemos a terminar el plato.

Ponemos una sartén al fuego con los ajos, añadimos un poquito de harina, la disolvemos bien y añadimos parte del agua de cocción del cardo, con esto haremos una *veloute*, introducimos los cardos y cocemos 5 minutitos a fuego lento. En otra sartén haremos vuelta y vuelta el *foie* previamente salpimentado.



**El match perfecto: regalos de Navidad para cada estilo**

Teniendo todo esto solo nos falta emplatar, repartimos los cardos en 4 platos, le ponemos el foie encima y lo terminamos con trufa rallada y/o aceite de la misma.

## 2: Alcachofa confitada con jugo de ibérico



El match perfecto: regalos de Navidad para cada estilo

En Galicia siempre se ha comido muy bien, tenemos buena materia prima, buena cocina y buenos cocineros, pero confieso que siempre nos ha faltado un poco ese atrevimiento de dar pasos al frente. Hasta ahora. Afortunadamente en los últimos tiempos se están produciendo cambios muy notables y si, hasta hace nada, nos parecía lo más que algún reputado chef nacional se atreviese a montar algo en Galicia, ahora sucede justo lo contrario y ciudades como A Coruña o Santiago de Compostela empiezan a ser la cuna en la que nacen proyectos que luego se expanden con gran éxito a la capital, **Arallo Taberna**, Barra Atlántica, **Cannibal Raw Bar** ...

Y como prueba de todo esto, una de las propuestas del chef **Adrián Felípez**, al frente del **restaurante Miga** (Praza de España, 7, 15001 A Coruña), otro de los locales que a día de hoy no te puedes perder si visitas la ciudad herculina, aunque de eso ya os hablaré con más calma en otra ocasión.

## Receta de alcachofa confitada con jugo de ibérico

- Alcachofas
- Navajas
- Jugo de jamón ibérico
- Salsa HP y mostaza
- Cebollino
- Yemas de codorniz

En esta receta conviven elementos del mar como son las navajas, y de la huerta, como las alcachofas. Lo que conocemos como un “mar y montaña”. En la frescura de ambos ingredientes radica el éxito del plato.

Confitamos las alcachofas al vacío 30 minutos a 90 grados con aceite de oliva.

Abrimos las navajas también al vacío.



**El match perfecto: regalos de Navidad para cada estilo**

Preparamos el jugo de jamón ibérico y lo dejamos reducir durante 12 horas.

El aliño para las navajas consistirá en una mezcla de salsa HP, mostaza y cebollino.

A la hora de emplatar, rellenaremos las alcachofas con las navajas ya aliñadas y las coronaremos con una yema de huevo de codorniz.



**El match perfecto: regalos de Navidad para cada estilo**

## 03: Ceviche de berberechos y cigalas



También desde este hervidero gastronómico que es actualmente A Coruña, el chef **Antonio Amenado** desde el **Pazo de Santa Cruz de Mondoí** (Santa Cruz de Mondoí, 60, 15319 Oza dos Ríos, A Coruña, La Coruña), nos propone aprovechar lo mejor de nuestras costas para disfrutar a tope de la Navidad sin cargarnos de calorías vacías.

# Receta de ceviche de berberechos y cigalas

- Berberechos
- Cigalas
- Lima
- Chile
- Salsa verde de tomate mejicano
- Apio
- Cebolla roja
- Cilantro
- Jengibre
- Pimienta
- Sal

Para la preparación de esta receta se necesitan berberechos frescos, preferiblemente de la Ría de Muros y cigala fresca recién comprada, de ser posible, en la lonja. El ceviche o cebiche es una receta en la que los ingredientes se comen crudos así que la frescura es fundamental.

Dejamos hervir agua con sal y escaldamos los berberechos durante 30 segundos.

Abrimos las cigalas y retiramos la lámina negra del lomo ya que es parte del intestino y da mal sabor.

Procedemos a la mezcla de los ingredientes sólidos en un bol grande.

Colocamos los berberechos sin concha y las cigalas cortadas en trozos pequeños, apio picado previamente, cebolla roja cortada en grandes aros, cilantro muy picado, rallamos jengibre sobre la mezcla y salpimentamos al gusto.



**El match perfecto: regalos de Navidad para cada estilo**



Ahora pasamos a los líquidos. Una cucharada generosa de salsa de tomate mexicano, chile al gusto según la tolerancia al picante y revolvemos todo con cuidado.

Finalmente exprimimos la lima dejando que el jugo también resbale por la cáscara recogiendo, así, parte de sus aceites esenciales.

Dejamos macerar durante 4 minutos y ya estaría listo para emplatar.

## Los platos principales de pescado de alta cocina que pueden lucir en tu mesa estas Navidades

Desde la apuesta atrevida de Paco Roncero usando una combinación de elementos arriesgada a las tradicionales lubinas y merluzas.

### 04: Cigala con boletus y sopa de turrón



El match perfecto: regalos de Navidad para cada estilo



De chefs poco conocidos pero con gran potencial damos el salto a uno de los grandes genios de la cocina patria. Actualmente, **Paco Roncero** apenas necesita presentación, pues se trata de uno de los máximos representantes de la vanguardia culinaria española tanto a nivel técnico como creativo. De sobra conocido por estar al frente de restaurantes como **La Terraza del Casino** (Calle de Alcalá, 15, 28014 Madrid) -dos estrellas Michelin-, formar parte de proyectos tan espectaculares como Sublimotion o ser jurado del concurso Top Chef.



**El match perfecto: regalos de Navidad para cada estilo**

## Receta de cigala con boletus y sopa de turrón

Para 4 personas:

*Para las cigalas*

- 400 g de cigalas frescas

Descabezar y pelar las cigalas y con mucho cuidado retirar el intestino.

*Para los envoltorios de cigalas con boletus*

- 250 g de boletus
- 25 g aceite de oliva 0.4
- 1 C/s sal

Separar el sombrero de los pies de los boletus. Limpiar los sombreros con un paño húmedo, laminar a 0.2 cm de grosor, montar las láminas de boletus formado 4 conjuntos de láminas de igual largo que las cigalas que habrá que envolver después.

Marcar ligeramente sin que tome color, en una sartén caliente con un poco de aceite para que las láminas adquieran flexibilidad. Poner a punto de sal las láminas de boletus y las colas de las cigalas anteriores.

Envolver cada cola de cigala con las láminas de boletus y reservar.

#### *Para la **leche de almendra frita***

- 250 g agua
- 250 g almendra frita Marcona

Mezclar las almendras con el agua y dar golpes de túrmix para que la almendra se hidrate.

Dejar reposar 12 horas en nevera, triturar en un vaso americano hasta conseguir un puré y prensar con una estameña para obtener toda la leche de almendra.

#### *Para el **praliné de almendras fritas***

- 50 g aceite de freír las almendras
- 160 g almendra frita Marcona

Introducir en un vaso americano las almendras fritas recién fritas y calientes y triturar, añadir el aceite a hilo, dejar trabajar hasta conseguir una densidad cremosa, poner a punto de sal, colar y reservar en nevera.

#### *Para la **sopa de turrón***

- 10 g vinagre de jerez
- 100 g aceite de freír las almendras
- 250 g leche de almendra frita (preparación anterior)
- 50 g praliné de almendras (preparación anterior)
- C/s sal



**El match perfecto: regalos de Navidad para cada estilo**

### *Para el praliné de piñones*

- 60 g vinagre de jerez
- 120 g piñones
- 120 g aceite suave 0.4
- C/s sal

Tostar los piñones a una temperatura de 120°C durante 20 min aproximadamente y dejar enfriar.

Triturar en el vaso americano junto al aceite suave hasta que consigamos una mezcla fina y homogénea. Poner a punto de sal y vinagre, colar por un colador de malla fina y guardar en una manga pastelera en nevera.

### *Para el relleno de cebolla*

- 200 g cebolla
- 150 g beicon
- 25 g aceite
- 50 g nata líquida
- 20 g vino de Oporto

Pelar y cortar las cebollas en juliana fina, rehogar con el aceite a fuego suave, hasta que quede totalmente transparente.

Laminar el beicon en la máquina corta fiambres y cortar en brunoise y saltear en una sartén hasta que quede crujiente, escurrir toda la grasa posible.

Mezclar la cebolla y el beicon y rehogar. Añadir la nata y dejar reducir durante 5 min, poner a punto de sal y pimienta.

Mojar con el oporto y dejar cocinar 5 min más.

Retirar del fuego y reservar tapado con film.



**El match perfecto: regalos de Navidad para cada estilo**

### *Para los ajos tiernos*

- 2 unid. ajo tierno

Escaldar los ajos tiernos en agua durante 30 seg. Enfriar.

Quitar la primera capa de los ajos tiernos y hacer láminas sesgadas de 0.5 cm de grosor. Reservar en nevera.

### *Para el crujiente de queso*

- 100 g queso parmesano

Rallar el queso sobre una sartén antiadherente caliente, con un grosor de queso rallado de 0.3 cm y dejar que dore y se quede crujiente. Retirar del fuego, sacar los crujientes de queso y reservar en un lugar seco.

### *Otros*

- Cebollino
- Tagete (un tipo de flor comestible)
- Brotes tiernos

## Acabado y presentación

Cortar bastones de cebollino de 3cm de largo (2 por plato)

En una sartén caliente saltear las láminas de ajo tierno.

En otra sartén caliente con un poco de aceite de oliva, cocinar las cigalas envueltas con los boletus.

Calentar el relleno de cebolla.

En un plato sopero, disponer un círculo de puntos de praliné de piñones.



**El match perfecto: regalos de Navidad para cada estilo**

En un plato sopero, disponer un círculo de puntos de praliné de piñones.

En el centro del círculo disponer el relleno de cebolla y sobre éste colocar la cigala envuelta en boletus.

Disponer dos láminas de ajo tierno equidistantes sobre el fondo del plato.

Colocar sobre la cigala dos trozos de crujiente de queso.

Colocar las flores y brotes sobre la cigala el plato.

Terminar añadiendo la sopa de turrón que cubra el fondo del plato.



**El match perfecto: regalos de Navidad para cada estilo**