

Adios al flamenco



Me gusta ir al mercado de abastos de Motril, es un mercado pequeño que fideliza a sus clientes gracias al trato directo y cordial de quienes lo regentan. Es agradable ver cómo los hermanos Terrón, excelentes pescateros, se toman su tiempo para limpiarte con mimo el pescado que te llevas a casa y así, cuando vuelves con la compra, el trabajo de preelaboración es mínimo y eso se agradece. Sobre todo si has tenido una semana complicada como ésta que termina; Ana de viaje en tierras lejanas, nueva batalla con la empresa municipal de limpieza que se empeña en hacerme la vida menos agradable, y la despedida a mis clases de flamenco.

Siempre he considerado el autoengaño como una gran virtud de la que carezco. La capacidad de dar por buenos los elogios ajenos a sabiendas de que, en la mayoría de los casos, van cargados de compasión, no encajan con mi carácter. De haber sido menos crítica o realista y si hubiera negado la evidencia no habría tirado la toalla. Pero no es lo mío.

Me encanta el flamenco, pero mi sentido del ridículo supera, con creces, la «mijita» de arte que pueda correr por mis venas.

Me da pena dejarlo, me ha costado tomar la decisión pero, finalmente y tras una larga ausencia a las clases, me voy. Ahora sólo tengo que ir a despedirme, pero me cuesta hacerlo porque me gustaría seguir en contacto con el grupo, además, siento gran admiración por Juan, mi maestro, que es un gran artista.

Otro que ha dicho adiós ha sido el motor de mi querido lavaplatos, afortunadamente el técnico no se ha hecho esperar y para el fin de semana ya lo tenía nuevamente en marcha, eso sí, dejándome la cartera tiritando.

Por eso, porque el estado de ánimo lo tengo sensiblón, necesito un menú alegre, lleno de color y contundente que ponga un final feliz a esta semanita.

Es sábado, así que elijo yo la música, dejo sonando a Simply Red mientras voy a recoger a los abuelos, que hoy pasarán el día con nosotros, tienen muuuuchas ganas de abrazar a su nieta que volvió anoche de Londres con más hambre que un naufrago.

Es momento de entrar en la cocina. Vamos a disfrutar en familia de una buena comida, un buen vino y como siempre, mucho, mucho amor.

Empezaremos con una ensalada verde de aguacate y salmón con almendra crujiente, para seguir con unos calamares rellenos de quisquillitas de Motril acompañados de arroz bicolor.

Aquí os dejo las recetas.

«Salsa negra»(para hacer el arroz negro).

-Ingredientes.

- 2 cebollas grandes.
- 1 pimiento verde.
- 2 bolsas de tinta de jibia o calamar.
- 1 vaso de vino blanco.
- 1 vaso de caldo de marisco.
- sal, pimienta y aceite de oliva.



» Caldo de marisco»

- Cáscaras de las quiquillas.
- Agua (3 litros).
- Sal.

Prepárate para pasar alrededor de tres horitas en la cocina, una vez preparados todos los ingredientes, conviene comenzar haciendo el caldo que te servirá tanto para la salsa, el relleno como el arroz. Pon a cocer las cáscaras de las quisquillas con el agua y la sal. Cuando empiece a hervir, mantenlo a fuego medio y entonces puedes empezar con la salsa negra. Para hacerla, en una cacerola rehoga en aceite de oliva la cebolla y el pimiento troceados y cuando estén bien pochaditos,

añade el caldo, la tinta diluída en el vino templado, la sal y la pimienta, dejar que reduzca a fuego casi todo el líquido. Tritura, prueba y rectifica de sal, aunque el sabor será un poco dulce. Manténla caliente hasta el momento de usarla.

«Ensalada verde con aguacate, salmón ahumado y almendra crujiente.»

-Ingredientes (para 6 personas).

- 200 gr. de brotes tiernos y lechugas.
- 2 aguacates maduros.
- 200 gr. de salmón ahumado.
- 6 cucharadas de almendras picadas crujientes.
- 1 cucharada de salsa de soja.
- 2 cucharadas de glassa balsámica.
- 2 cucharadas de zumo de limón.
- sal, aceite de oliva virgen extra.



En una ensaladera grande, trocear con las manos, como si rompieramos papel, las hojas de las diferentes lechugas y brotes tiernos, añadir el aguacate troceado en dados y regamos con el zumo de limón, la salsa de soja, la glassa balsámica salamos y añadimos el aceite. Removemos bien y echamos pimienta molida al gusto. Para emplatar, sobre una base de ensalada añadiremos el salmón cortado en tiras y espolvoreamos una cucharada de almendra crujiente en cada uno de los platos.



» Calamares rellenos de quisquillitas de Motril acompañados de arroz bicolor»

Ingredientes (para 6 personas)

- 12 calamares pequeños (1k 1/2 aproximadamente).
- 1/2 K de quisquilla pequeña de Motril.
- 2 tomates maduros.
- 1 cebolla tierna o cebolleta.
- 1 vasito de vino blanco.
- 1/2 L. de caldo de marisco.
- 1 copa de cava bien fresquita.
- 3 cucharadas de salsa de soja.

- 1/2 cucharadita de tandori Masala (Especia indú), opcional.
- 1 cucharada de harina de maíz.
- 3 cucharadas de pan rallado.
- Sal, pimienta blanca molida y aceite de oliva.



Pon a rehogar la cebolla picadita y cuando empiece a dorarse añade las aletas y patas de los calamares, las quisquillas y el tomate en trocitos pequeños, remueve y agrega la soja, el vino y el caldo, pon las especias y la sal y deja cocer hasta que se reduzca el caldo a la mitad. Diluye la harina de maíz en un poco de caldo y añadelo sin dejar de remover. Para terminar de espesar el relleno le echas el pan rallado y cueces 5 minutos más. Ya puedes rellenar los cuerpos de los calamares que tendrás que ir cerrando con un palillito de dientes. Colócalos en una bandeja de cristal o loza especial de horno. Tritura el relleno que te queda con un vaso más de caldo y cubre con él los calamares que ya están listos para meter al horno que tendrás a unos 180º grados, durante 20 minutos.

Es el momento de que te sirvas la copa de cava y prepares el arróz.

» Arroz bicolor»

Ingredientes (para 6 personas):

- 3 vasos de arroz largo vaporizado.
- 6 vasos de caldo de marisco.
- 1 puerro picadito.
- 1 vaso de vino blanco.
- aceite de oliva, sal y pimienta blanca molida.



Rehoga el puerro con el aceite y cuando esté tomando color añade el arroz, saltealo un poco y añade el vino, el caldo caliente, la sal y la pimienta, cuando se haya consumido el caldo por completo mezcla la mitad del arroz con la salsa negra y así tendrás arroz de dos colores listo para emplatar con los calamares que ya habrás sacado del horno.



Espero que os guste.
Besos.