

Un menú improvisado.



Desde que empecé con mi aventura bloguera, cuando llega el miércoles suelo tener elegido el menú para compartir y esbozado o, incluso, redactado en ocasiones el texto a falta de las fotos.

Esta semana no iba a ser diferente pero un inesperado contratiempo hizo que el sábado por la mañana tuviera que cambiar por completo la elección de las recetas.

Al llegar al mercado de abastos a recoger el ingrediente estrella que tenía encargado, mi pescatero, con gran apuro, me dice que ha sido imposible conseguirlo, que lo siente mucho y que para el próximo día tendrá solucionado el problema.

Me enseña el maravilloso mostrador repleto de peces, cefalópodos, deliciosos mariscos y pienso..... Noooooooooooooooooo!!!! qué hago yo ahora? tendré que improvisar. Decido dar una vuelta por el mercado buscando inspiración, mirando aquí y allá hasta que, tras unos minutos, vuelvo al puesto de los hermanos Terrón con la seguridad de que saldré de allí con la cabeza algo más despejada y una alternativa . Elijo entonces unas puntillitas a petición de mi hijo, que ha querido acompañarme y una jibia grande con la que prepararé un arroz. A punto estuve de llevarme un pulpo fresco enorme pero en el último momento decidí buscarlo ya cocido para aligerar tarea. Vuelvo a casa satisfecha con mis compras y el convencimiento de que éste que os detallo ahora, también será un buen menú.

Un domingo radiante con algo más de presión de lo habitual . Espero que la música me calme. Respiro hondo antes de entrar en mi cocina.

Comenzaremos con un par de aperitivos, unos «Cucuruchos de puntillitas fritas»

y unas «Brochetas de atún marinado con aguacate» seguiremos con una «Ensalada de brotes tiernos y pulpo glaseado» finalizando con un «Arroz negro con Jibia».

Al final no ha quedado nada mal, espero que os guste.

Besos.

» Brochetas de Atún Marinado con Aguacate»

Ingredientes (para 8 brochetas):

- 2 filetes de lomo de Atún congelados (unos 200 gr)
- 1 vaso de Aceite de Girasol.
- Medio vaso se salsa de Soja.
- 1 Cucharadita de Sésamo.
- Una pizca de jengibre en polvo.
- 1 Cucharadita de Wasabi.



Poner en un bol el atún cortado en tacos sumergido en la mezcla de todos los ingredientes durante al menos una hora. Hacer las brochetas poniendo en el centro un par de trocitos de aguacate y regar con el jugo de la marinada.



«Cucuruchos de Puntillitas fritas»

Ingredientes (para 4 personas):

- 1/2 k. de puntillitas.
- Sal.
- 1 plato de Harina de fuerza.
- Aceite de oliva.





Lavar y secar bien las puntillitas, salar, pasar por harina y freír en abundante aceite de oliva bien caliente.

No freírlas todas a la vez para que te queden bien crujientes y no se apelmacen. Dejar sobre papel absorbente para eliminar el exceso de aceite y servir en cucuruchos de papel acompañadas de pan calentito.



» Ensalada de Brotes tiernos y Pulpo Glaseado».

Ingredientes (para 4 personas):

- 100 gr. de brotes de lechugas tiernas.
- 2 Kumatos.
- 1 Aguacate.
- Sal y Pimienta.
- Aceite de Oliva.
- 300 gr. de Pulpo cocido en rodajas envasado al vacío listo para consumir.

Para el glaseado:

- 3 cucharadas grandes de Azúcar moreno.
- 2 Cucharadas de salsa de Soja.
- 2 Cucharadas de Vinagre de Arroz.
- 1/2 vaso de vino Oloroso.
- 3 Cucharadas de Aceite de Oliva.



Preparar el pulpo envasado según las instrucciones del fabricante y reservar. Poner todos ingredientes del glaseado en una sartén y reducir a la mitad a fuego vivo, dejar templar y añadir entonces el pulpo mezclándolo bien con la glasa y reservar hasta emplatar.

En un bol grande poner las lechuguitas troceadas a mano con el aguacate y el tomate troceados en pequeños dados, salpimentar, agregar un poco de aceite y mezclar.

Con ayuda de un molde redondo haz una base con la ensalada y cubre con una capa del pulpo regándolo con un par de cucharadas de la glasa.





» Arroz negro con Jibia»

Ingredientes (para 4 Personas):

- 2 vasos de Arroz bomba.
- 1 Jibia grande troceada y limpia.
- 1 Pimiento verde.
- 1 cebolleta pequeña.
- 2 Cucharadas de Tomate frito.
- 1 lito de Caldo de Pescado.
- 2 Cucharadas de tinta.
- Medio vasito de Coñac.
- Aceite de Oliva.
- 1 cucharadita de Pimentón dulce de la Vera.
- Sal y Pimienta molida.





Rehogar con un poco de aceite en una cazuela el pimiento y cebolleta picaditos en brunoise (trozos milimétricos) cuando empiecen a pocharse añadimos la jibia con un poco de sal y cocinamos a fuego medio unos 5 minutos y agregamos entonces el pimentón, el tomate frito y el arroz removiendo bien. Diluimos la tinta en el coñac y lo añadimos al arroz. echamos entonces el caldo caliente y removemos de vez en cuando para que quede cremoso hasta que consuma el caldo por completo. Rectificamos de sal y ponemos un poco de pimienta negra recién molida. Dejamos posar unos tres minutos antes de servir.



Improvisado pero delicioso!!!!