Cena «Fingers-Food» para chuparse los dedos.

Para quienes disfrutamos tanto cocinando como comiendo (suele ir unido inexorablemente) mantener el peso a raya es una tarea hercúlea. No existen los secretos, sólo hay una forma de comer a «tutti pleni» manteniendo el tipo que es la de machacarse haciendo ejercicio y, por desgracia, no me va demasiado lo de sudar en las canchas o gimnasios. Así, la única alternativa que me queda no es otra que cuidar lo que como de lunes a viernes y renunciar, salvo en ocasiones especiales, a disfrutar de ricas cenas, en resumen, llevar a rajatabla lo de » Desayunar como un rey, comer como un príncipe y cenar como un mendigo».

Si os fijáis en la trayectoria de los menús publicados, vereis que la gran mayoría están preparados a mediodía y durante el fin de semana, de otra manera os aseguro que mi talla sería bastante más….grande.

Pero ayer en la tarde del sábado, quizás porque llevo tiempo sin salir de cañas, me apetecía un exceso culinario y sin pensarlo dos veces, con mi chico y su «Spoty» haciendo las veces de DJ, Frank Sinatra de fondo, risas y algún que otro baile agarrao, he organizado una súper cena de picoteo o, como dicen los americanos, «Fingers-Food» para chuparse los dedos.

«Pop-corn con un toque ibérico», «Crackers al Málaga virgen con Parmesano y Pera», «Tostas con Huevitos de Codorniz y Lumpo» y unas espectaculares «Mini Hamburguesas de Pato con foiè y Cebollitas tiernas caramelizadas con Compota de Higos» han sido los platos elegidos de los que aquí os dejo las recetas.

Espero que os gusten.

Besos.

Pop-corn con un toque ibérico.
Ingredientes:
– Media taza de Maiz.
– 3 Lonchitas de Jamón Ibérico.
– 3 Cucharadas de aceite de Oliva.
– Una pizca de Pimienta Negra recién molida.

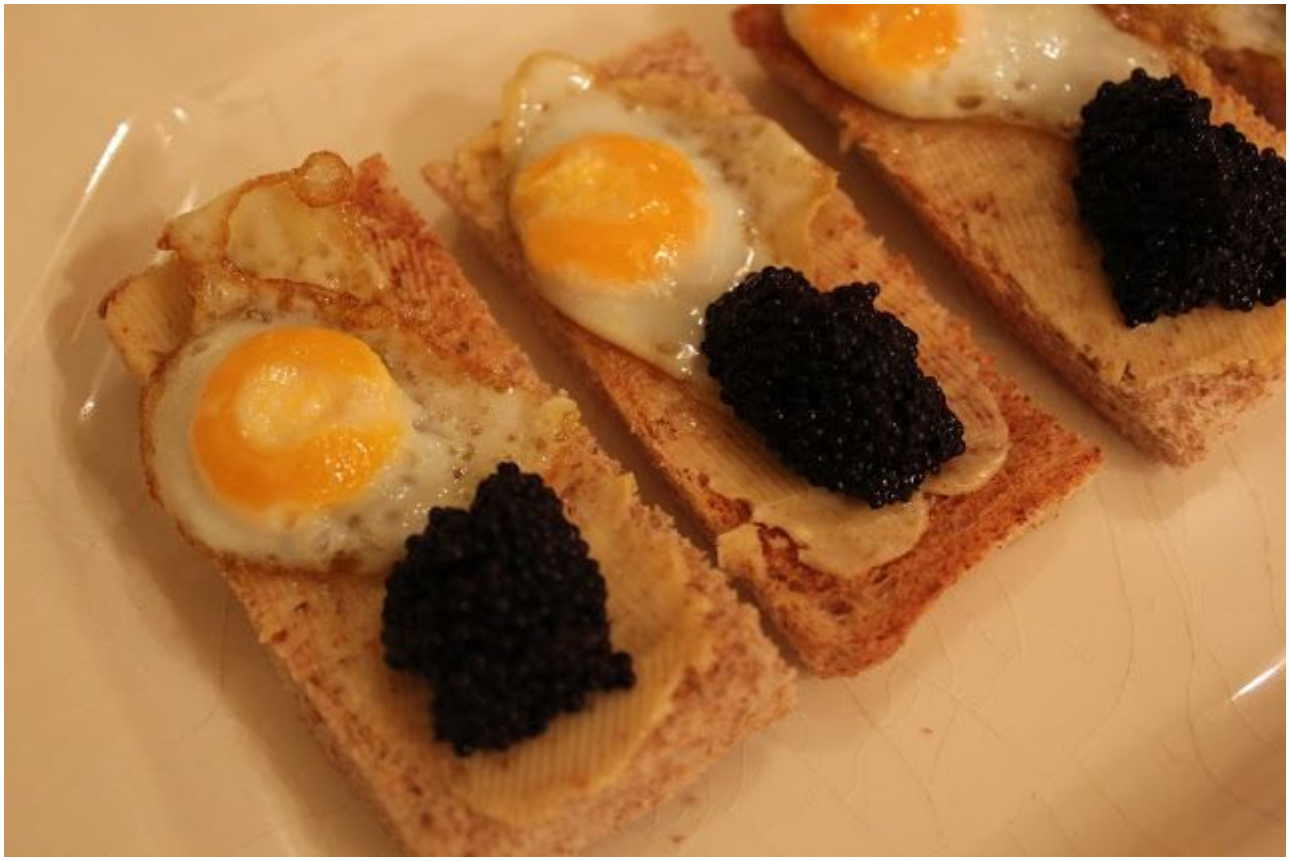
Salteamos el jamón un par de minutos en el aceite a fuego medio-alto para que el aceite se impregne de su sabor, añadimos el maíz y la pimienta, tapamos y cuando salte la primera palomita bajamos el fuego y esperamos a que se abran todos los granos. Servimos en un bol espolvoreadas con un poco de sal y decoramos con el jamón.

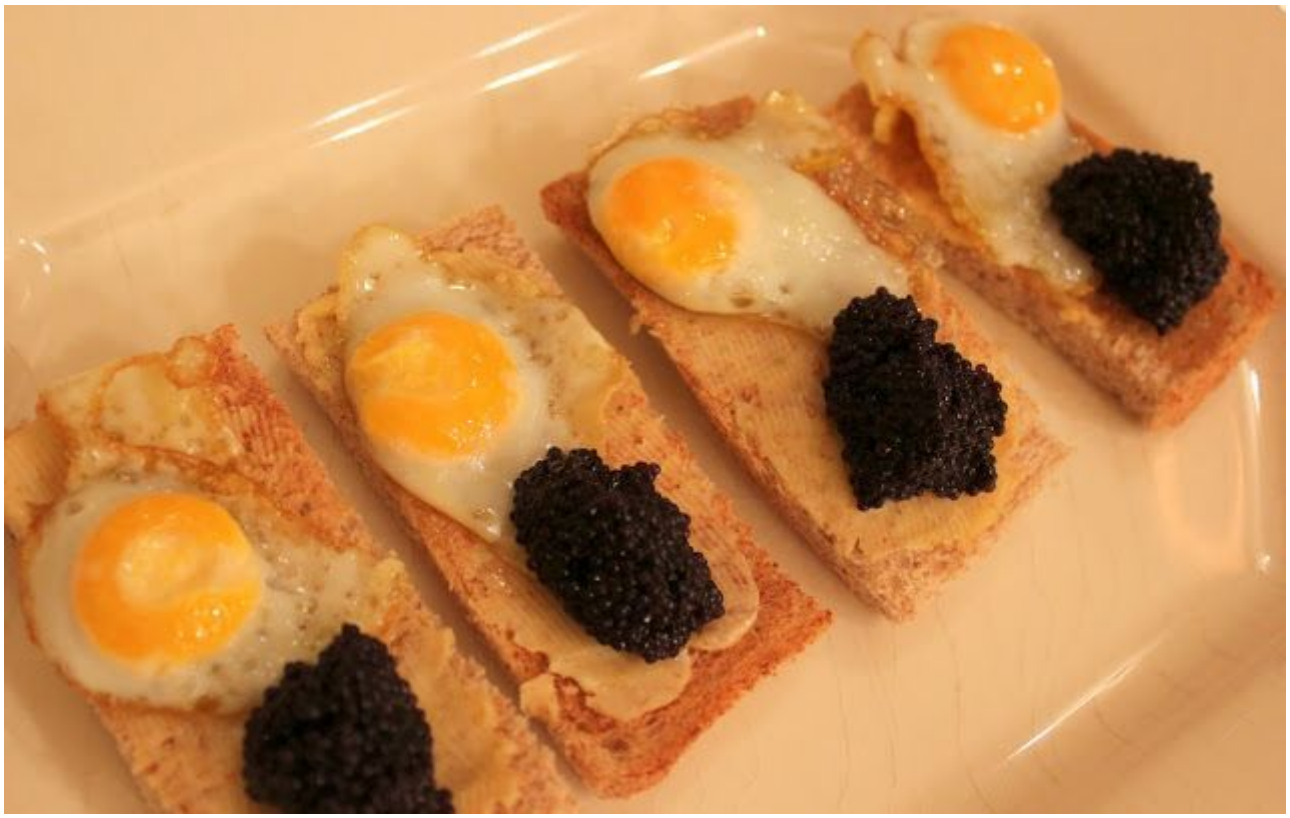
Tostas con Huevitos de Codorniz y Lumpo.
Ingredientes (para 6 tostas):
– 3 Rebanadas de Pan de Molde Integral.

– 6 Huevos de Codorniz.
– Huevas de Lumpo.
– 1 Cucharada de Mantequilla.
– 1 Cucharada de Salsa de Soja.
– Media Cucharadita de especias Picantes. (he usado Louisiana Cajún que lleva chili o Cayena y cilantro).
– Un poco de sal y aceite de oliva (para los huevos).

Quitamos al pan la corteza y cortamos las rebanadas por la mitad, las tostamos y

reservamos. Mezclamos la mantequilla con la soja y las especias y untamos el pan con ella. Freímos los huevos de codorniz en un poco de aceite de oliva, les ponemos un poco de sal y servimos sobre el pan añadiendo una cucharadita de huecas de lumpo al lado del huevo.





si le puedes sustituir el lumpo por esturión….No Te Cortes!!!!

Crackers al Málaga virgen con Parmesano y Pera.

Ingredientes (para 8 unidades):

Para los Crakers:

– Un paquete de obleas para Empanadillas refrigeradas (He usado las de «La cocinera»).

– 3 Cucharadas de Aceite de Oliva.

– Una cucharadita de semillas de Amapola.

– Una cucharada de Miel.

– Un chorrito de Vino Malaga Virgen (Vino dulce).

– Una pizca de Sal.

Mezclamos el aceite con el resto de los ingredientes hasta que estén bien integrados. Cortamos las empanadillas para darles forma rectángular y las colocamos sobre papel de hornear en la bandeja del horno.

Con los recortes de las obleas formamos espirales y las ponemos en la bandeja también. Pintamos con la mezcla de aceite y horneamos a 180ºC hasta dorar. sacamos del horno, dejamos enfriar y reservamos.

Para el relleno:
– 2 Peras conferencia.
– Una Cucharada de Mantequilla.
– Sal y Pimienta Blanca Molida.
– Una pizca de canela en Polvo.
– Queso Parmesano.

Pelamos y cortamos las peras en finas láminas y las salteamos un par de minutos en la mantequilla añadiendoles la sal, pimienta y canela y salteando un minuto más. Retiramos del fuego y dejamos enfriar. Reservamos.

Cortamos el queso el lonchitas finas y ya podemos emplatar.

Sobre un cracker colocamos una capa de pera, otra de queso y una más de pera, cubrimos con otro cracker y rematamos con una lámina de pera.

Las espirales las puedes servir en tacitas para acompañar el queso o la pera que te queden.

Mini Hamburguesas de Pato con foiè y Cebollitas tiernas caramelizadas con Compota de Higos.

Ingredientes (para 8 mini Hamburguesas):

Para los panecillos:

(Masa para baguettes hecha en la panificadora)

– 300 ml. de Agua tibia.

– 1 Cucharada de Miel.

– 1 Cucharada de Azúcar moreno.

– 1 Cucharadita de Sal.

– 570 gr. de Harina de Trigo.

– 1 Paquetito de Levadura seca. (granulada, he usado la de Maizena).

– 1 Huevo (para pintar los panecillos).

– Sésamo.

Una vez hecha la masa, formar bolitas ligeramente aplastadas y hacer unos cortes en la parte superior, dejar levar unos 30 o 40 minutos, pintar con la yema batida del huevo y espolvorear con el sésamo. Hornear a 175º C durante unos 25 minutos. (Te saldrán unos 15 bollitos)

Para las Cebollitas Caramelizadas:

– 2 Cebollas tiernas o Cebolletas.
– Sal y Pimienta negra molida.
– 2 Cucharadas de Aceite de oliva.
– 1 Cucharada de Salsa de Soja.
– 2 Cucharadas de Compota de Higos.
– Un chorrito de Pedro Ximenez.

Poner las cebollas, cortadas en juliana y salpimentadas a pochar el el aceite, cuando empiecen a dorarse añadir el resto de los ingredientes y dejar reducir los jugos removiendo con frecuencia. Reservar sin dejar que se enfríe totalmente.

Para las Hamburguesas:

– 1 Magret de Pato (Unos 300 gr.)
– 50 gr. de Fioè Mi cuit.
– Sal y Pimienta blanca molida.
– 1 Cucharada de Aceite de Oliva.

Quitamos al magret la grasa y venas si las tuviere, lo troceamos y lo trituramos junto con el foiè. Le añadimos el aceite, la sal y la pimienta y lo mezclamos bien. Lo metemos en la nevera media horita y entonces podremos dar ya forma a las hamburguesas.

Abrimos 8 panecillos por la mitad y los calentamos un poco en el horno mientras hacemos las hamburguesas a la plancha a fuego fuerte un par de minutos por cada cara. Le ponemos un poco de la salsa de cebolla e higo al pan calentito, colocamos la hamburguesa encima, un poco más de cebolla y cerramos con la otra mitad del panecillo.

Servimos acompañadas de un poco de ketchup en el plato.

Exquisitas!!!

Y hasta aquí la cena!!!

*Este post está dedicado a mi amiga y gran cocinera Ana vidal con muuuucho cariño y gratitud.