

#Nomásbocadillosmágicos.



Ellas no leerán este blog, ni tan siquiera les importa o se plantean la posibilidad de que un pollo como el que tengo entre mis manos pueda cocinarse mejor o peor, ni buscan una receta que inspire su comida especial de los domingos; porque hace mucho, o poco, que todos sus días son lunes, que la visión de un ave de corral en su nevera o unas magdalenas en su despensa se tornaron espejismos. A veces la publicidad es demoledora y no puedo apartar de mi mente la imagen de esa madre que da a su niña para cenar un bocadillo mágico. Me siento mezquina. Tan solo me consuela saber que ninguna de esas madres verá nunca estas recetas que en otros tiempos estoy segura hubieran disfrutado preparando, quizás incluso con mas pericia que yo.

Pero hoy no hay nada que poner en el pan y la magia deja de usarse para crear platos asombrosos y se reconduce para conseguir que los más pequeños de la casa engañen a ese hambre propia de países subdesarrollados, que ha vuelto despiadada para instalarse quizás a la vuelta de la esquina.

Un hambre callada, digna; que de no ser por campañas de concienciación como las que se están llevando a cabo en los medios, pasaría inadvertida delante de nuestras exquisitas narices.

Me siento pequeña ante un drama que no se bien como paliar. Mis aportaciones a bancos de alimentos en momentos puntuales y alguna pequeña donación, dejan de tener validez cuando me pongo en la piel de esas madres y me desborda la impotencia.

Por eso hoy, desde esta modesta plataforma, se me ocurre una forma de arrimar el hombro de manera respetuosa, que estoy segura no supondrá esfuerzo alguno para quienes amamos la cocina.

Aquí va mi propuesta; bajo el lema #Bizcochosmágicos, qué tal si al menos una vez por semana preparamos una buena bandeja de tiernas magdalenas, galletas, bizcochos o bollos y los acercamos con sigilo a la hora del recreo a ese cole cercano que sabemos tiene niños con pocos recursos? o, a esos ancianos del entresuelo a quienes la pensión apenas si les da para pagar el alquiler. Bloggers de España, del mundo!!! demos sentido a nuestras publicaciones, horneemos por una buena causa y hagamos sonreír a quienes más lo necesitan. Será un nuevo reto semanal, sin más premio a la vista que la satisfacción personal de la ayuda al prójimo y éste pequeño logo que podéis insertar en vuestras publicaciones.



Ahora ya puedo seguir con mi pollo, con mi completo y quizás indecente menú compuesto por una «Ensalada templada de Manzana, Nueces y queso de Cabra», «Pollo de Corral Asado con Hortalizas y Salsa de Frutos Secos» y «Bizcochitos de Naranja y Almendras».

Aquí os dejo las recetas.

Espero que os gusten y no dejéis de pensar en mi propuesta.

Besos.

Recomendación:

Si vas a preparar el menú completo comienza por el postre al menos tres horas antes de la hora de comer (o puedes hacerlo el día anterior). Después sigue con el pollo, la salsa y por último la ensalada que debes preparar en el momento de la comida para que esté en su punto.

«Ensalada templada de Manzana, Nueces y queso de Cabra»

Ingredientes (para 4 Personas):

- 100 gr. de Rúcula.
- 150 gr. de Nueces peladas.
- 2 Manzanas Granny Smith (son muy ácidas y van perfectas en esta combinación).
- 6 Cucharadas Grandes de Miel de Flores.
- 150 gr. de taquitos de Bacon.
- 1 Cucharada de Vinagre de Arroz.
- Sal y Pimienta molida.
- Un Rulo de Queso de Cabra en Porciones (me gusta la marca President).
- Una Cucharada de Mantequilla (no está en la foto, Sorry).



Lavamos, secamos y cortamos la manzana sin pelar en finas lonchitas. Ponemos la mantequilla a fuego medio-alto y salteamos en ella la manzana. Cuando empiece a dorarse añadimos las nueces y salteamos un par de minutos más. Añadimos entonces la miel y cocinamos a fuego lento moviendo de vez en cuando, durante 5 minutos. Apartamos del fuego y reservamos dejando que se temple.

A fuego vivo en otra sartencita, salteamos el bacon hasta que se vea bien doradito y reservamos también.

Ponemos en un bol grande la rúcula, la aliñamos con la sal, la pimienta molida y el vinagre de arroz. Añadimos la manzana y nueces salteadas,(con cuidado de no verter la miel fundida que reservaremos en la sartén y nos servirá para regar después la ensalada), el bacon y mezclamos bien.

Repartimos la ensalada en cuatro pequeñas ensaladeras (de ración) y en la misma sartén en la que hemos salteado el bacon y a fuego alto, asamos el queso unos segundos por cada cara para templarlo y lo colocamos encima de cada ración. Regamos con un par de cucharadas de la miel templada reservada y

servimos.

Deliciosa!!!



«Pollo de Corral Asado con Hortalizas y Salsa de Frutos Secos»

Ingredientes (Para 4 Personas):

Para la Salsa de Frutos Secos:

- Medio Litro de Vino Blanco Dulce.
- Medio Vasito de Vino Oloroso (o Pedro Ximenez).
- Piel de Naranja (sin nada de Blanco).
- Medio Vasito de leche Evaporada.
- Una Cucharada Sopera rasa de Maizena.
- 100 gr. de Frutos Secos pelados crudos (Piñones, Pipas de Girasol y Pipas de Calabaza).



Cortamos la piel de la naranja en una pequeñísima juliana y la ponemos a hervir a fuego vivo en un cazo con la mezcla de los dos vinos hasta que reduzcan a la mitad.

Tostamos los frutos secos y se los añadimos a la reducción de vinos dejando que hiervan un par de minutos.

Diluimos entonces la maizena en la leche evaporada y sin dejar de remover la incorporamos al cazo hasta que empiece a hervir de nuevo. Bajamos la temperatura al mínimo y cocinamos un par de minutos sin dejar de remover. Retiramos del fuego y reservamos hasta emplatar (Si se enfría podemos volver a calentar antes de servir).

Para el Pollo:

- Un pollo de Corral hermoso.
- 1 Naranja.
- 1 Rama de Romero Fresco.

- 3 Zanahorias.
- 2 Cebollas Moradas Pequeñas.
- Un Bulbo pequeño de Hinojo.
- 1 Cucharada Grande de Mostaza en Grano.
- 2 Cucharadas de Salsa de Soja.
- 2 Cucharadas de Aceite de Oliva Virgen Extra.
- Media Cucharadita de Sal.
- Un Cucharada de Salsa Mirin (aliño japonés).
- 1 vaso de Vino Blanco Dulce (tipo Moscatel).



Lavamos, secamos y cortamos el hinojo en medios aros, pelamos y cortamos en medios aros las cebollas también y pelamos las zanahorias y las cortamos en rodajas no demasiado finas.

Lavamos el romero y el pollo, los secamos y en un bol grande los ponemos a macerar junto con el resto de los ingredientes, las hortalizas cortadas, el vino y el

zumo de la naranja durante al menos una hora y media, volteándolo de vez en cuando para que se impregne bien de todos los aromas.

Pasamos el pollo a una bandeja de horno junto con la mezcla de la maceración retirando el romero y horneamos a 220 ° C con el horno precalentado durante al menos una hora y media. Cuando esté dorado por una parte le damos la vuelta para que se dore bien por las dos caras. Retiramos del horno y pasamos a emplatar.

Para servir el pollo lo trinchamos y sobre tres cucharadas de las verduras del asado escurridas colocamos la pieza de pollo correspondiente (patas, pechuga...) y regamos con un buen par de cucharadas de la salsa de frutos secos.

A mi me tocó pechuga. Ummmmmm!!!!





Riiiiico!!!

«Bizcochitos de Naranja y Almendras».

Ingredientes (para 10 Bizcochitos).

- 200 gr. de Almendras peladas (he usado crudas pero tostadas también valen).
- 4 Huevos L.
- La piel de una Naranja.
- 220 gr. de Azúcar Blanquilla.
- Mantequilla para engrasar el molde.
- Azúcar Glasé para decorar.



Engrasamos un molde de muffins y preparamos la masa para los bizcochitos. En el vaso eléctrico trituramos las almendras a potencia máxima durante 15 segundos y las reservamos poniéndolas en un plato. Ponemos entonces en el mismo vaso eléctrico el azúcar y lo pulverizamos (mi vaso lo hace en 10 segundos). Le añadimos al azúcar pulverizada la piel de la naranja y volvemos a pulverizar otros 10 segundos más. Le incorporamos entonces los huevos y los batimos a velocidad media durante medio minuto. Es momento ahora de agregar la almendra reservada y batir a velocidad media durante un minuto más. Repartimos la mezcla entre diez huecos del molde y horneamos a 180° C (horno precalentado) durante 25 minutos. Retiramos del horno y dejamos templar antes de desmoldar.

La capa superior de los bizcochitos se os quebrará pero no la quitéis. Sobre la costra crujiente espolvoreáis el azúcar glasé y servís como postre o con el café, son deliciosos.





Colocados en cápsulas de papel serán unos #Bizcochoscósmicos perfectos.