Panecillos Mediterraneos.

Creí que me marchaba el jueves pero un giro inesperado en el plan adelantó mi salida al martes para no volver hasta ayer sábado. Invadida por el estrés me vi obligada a improvisar un menú de esos que te ponen a abrir la nevera, congelador y despensa 20 veces hasta dar con tres recetas dignas de ser expuestas.

Porque no podía irme sin más y dejaros sin mi publicación semanal.

Quienes tenéis blogs y un compromiso adquirido con vuestros seguidores sabéis de lo que os hablo.

Recordé entonces el éxito en mi muro de Facebook de unos panecillos preparados la semana anterior y de los que no había compartido la receta que, aún no siendo probablemente de la categoría o el gusto de los panarras más tradicionales, debo decir que están riquiiiiisimos y no hay más que tener una pequeña panificadora o amasadora para elaborarlos.

Et voilà!! Ellos serán los protagonistas y a la vez acompañantes en una mesa, que bien puede servir para cualquiera de los días de éste otoño que, al menos en el sur, no ha llegado más que en el calendario, compuesta por los jugosos y tiernos «Panecillos Mediterráneos» combinados a la perfección con una «Crema de Zanahorias, Puerro e Hinojo», seguidos de un «Magro de Cerdo Encebollado con Manzanas» y rematados por unas «Galletas de Chocolate Blanco y Nueces de Macadamia» que desaparecieron en un pis-pas.

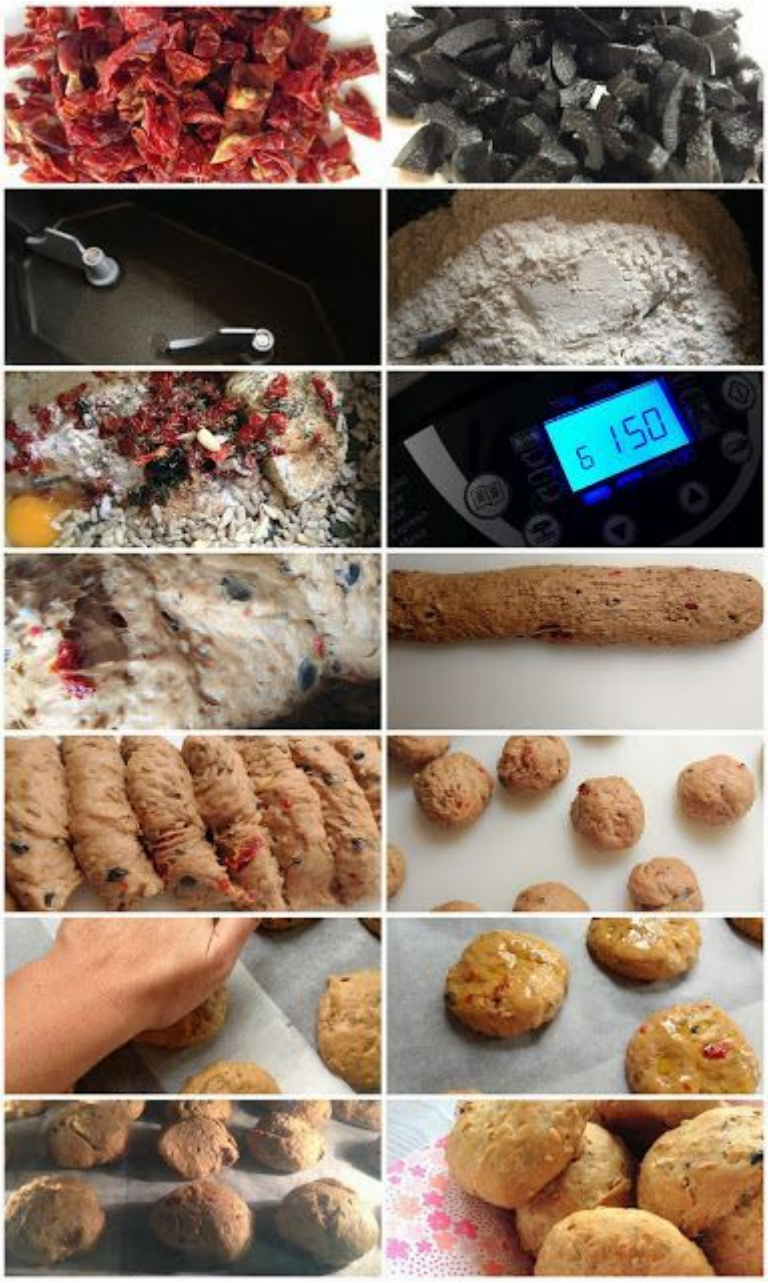
Platos elegidos en base a los ingredientes disponibles en casa en ese momento y que resultaron de lo más ricos.

Me fui pues con las tareas hechas, a falta de la edición que ahora me ocupa,

dispuesta a cumplir un sueño del que daré cuenta la próxima semana con un menú delicioso pero, hasta entonces aquí tenéis las recetas de éste que espero también os guste.
Besos.

«Panecillos Mediterráneos»

Ingredientes (para unos 12 de panecillos):
– 550 gr. de Harina Integral.
– 200 ml. de Agua templada.
– 50 gr. de Mantequilla.
– 6 Tomates Secos.
– 3 Cucharadas de Azúcar Moreno.
– 1 Huevo.
– 12 Aceitunas Negras sin hueso.
– 1 Cucharada de Aceita de Oliva Virgen Extra.
– Media Cucharadita de Tomillo.
– Media cucharadita de Sal.
– Un Sobre de Levadura Granulada de Panadería.



Picamos en trocitos pequeños los tomates secos, las aceitunas y reservamos. En la cubeta de la panificadora ponemos el agua tibia y le incorporamos seguidamente el resto de los ingredientes (menos el aceite que usaremos para pintar los panecillos), dejando para el final los tomates y aceitunas reservados.

Colocamos la cubeta en la panificadora y encendemos el programa de amasado. Una vez terminado (tarda una hora y cincuenta minutos) sacamos la masa y formamos con ella un rulo que cortaremos en porciones (rodajas) iguales y formaremos bolas con ellas. Las colocamos sobre papel de hornear en la bandeja del horno, las aplastamos un poco, las pintamos con aceite y las horneamos a 180ºC (con el horno precalentado) durante 20-25 minutos. Sacar del horno y dejar enfriar antes de servir.

«Crema de Zanahorias, Puerro e Hinojo».

Ingredientes (para 4 raciones):

– 6 Zanahorias hermosas.
– 2 Puerros (la parte blanca).
– Un Bulbo pequeño de Hinojo.
– 4 Cucharadas de aceite de Oliva Suave.
– 1 Cucharada de salsa de soja.
– Media cucharadita de Sal.
– Un poco de Pimienta negra molida.
– 1 Pastilla de caldo de Verduras.
– 1 Litro de caldo de Pollo.
– 1 Vasito de Leche Evaporada Desnatada.

Troceamos los puerros, el hinojo, las zanahorias y reservamos. En una cazuela con bastante fondo pochamos el puerro en el aceite a temperatura media y cuando empiece a transparentar le añadimos el hinojo mezclándolo bien con el puerro y un par de minutos después añadimos las zanahorias que mezclaremos también cocinándolas un par de minutos más. Será el momento de incorporar el caldo, la pimienta y la pastilla de concentrado vegetal desmenuzada. Elevamos la temperatura y cocinamos a fuego vivo hasta que comience a hervir. En ese momento bajamos el fuego a temperatura media y cocinamos semitapado hasta que el caldo reduzca a la mitad. Comprobamos que las zanahorias están tiernas (pinchando una con un tenedorcito) y trituramos hasta tener una crema fina. Añadimos la leche evaporada y trituramos un par de minutos más para que se mezclen bien la crema con la leche. Probamos y rectificamos de sal si fuese necesario.

Servir calentita adornada con unas hojitas de albahaca fresca si se desea y acompañada de un panecillo mediterráneo.

«Magro de Cerdo Encebollado con Manzanas».

Ingredientes (para 4 personas):

– 300 gr. de Magro de Cerdo.
– 1 Vaso grande de Vino Blanco semidulce.
– 4 Cucharadas de Aceite de oliva Suave.
– 3 Cebolletas.
– 3 Manzanas (que no sean ácidas).
– 50 gr. de Jamón Ibérico.
– 1 Cucharada de Miel de Caña.
– Media Cucharadita de Pimienta blanca molida.
– Media Cucharadita de Sal.
– 1 Ñora.

Picamos el Jamón y reservamos. Cortamos las cebolletas y las manzanas en trocitos pequeños y reservamos también. Cortamos la carne en trozos pequeños, como para tomar de un bocado y en el aceite caliente, a fuego alto la sellamos o sofreímos junto a la ñora. Cuando se empiece a dorar la carne incorporamos la cebolleta y cocinamos bajando la temperatura del fuego a la mitad hasta que se empiece a transparentar la cebolleta, añadimos entonces la manzana y mezclamos bien con la carne y la cebolleta, salpimentamos y cocinamos durante un par de minutos más. Le añadimos la miel y seguidamente regamos con el vino, subimos nuevamente el fuego y cuando empiece a hervir, bajamos nuevamente la temperatura y cocinamos semi tapado hasta que se haya reducido el líquido dos terceras partes. Para terminar y ya retirado el guiso del fuego, echamos el jamoncito picado, mezclamos bien y ya está listo para servir.

Para acompañar esta carne guisada, he hervido un poco de arroz con agua ligeramente salada y lo he usado de base para emplatar.

Con ayuda de un aro ponemos un poco del arroz cocido en el fondo y colocamos encima dos o tres cucharadas generosas de la carne encebollada con la manzana y regadas con su jugo.

«Galletas de Chocolate Blanco y Nueces de Macadamia«.

Ingredientes (para unas 20 galletas).

– 300 gr. de Harina con Levadura incorporada (la encuentras en Mercadona).
– 50 gr. de Nueces de Macadamia.
– 50 gr. de Azúcar glas.
– 100 gr. de Azúcar Moreno.
– Una tableta de Chocolate Blanco (unos 175 gr).
– 2 Cucharadas de Leche.
– Un trozo de Piel de Naranja (que no tenga nada de blanco).
– 250 gr. de Mantequilla a temperatura ambiente.

Trituramos las nueces con la piel de naranja y reservamos. Batimos la

mantequilla con el azúcar (la morena y la fina) hasta que blanquee. Incorporamos entonces el chocolate en cuadraditos, la pasta de nueces con la naranja reservadas y trituramos hasta integrar bien todos los ingredientes sin necesidad de que el chocolate de trocee demasiado pequeño. Incorporamos la harina y la leche y batimos a velocidad alta hasta tener una masa untuosa (casi como un puré de patatas firme) que colocaremos en una manga pastelera con una boquilla ancha (que deje pasar los trocitos de chocolate). En la bandeja del horno y sobre papel de hornear formaremos montañitas, separadas entre sí y de igual tamaño (mas o menos como un huevo de grandes) y las aplastamos. Horneamos con el horno precalentado a 180ºC hasta que estén bien doraditas, unos 15 minutos. Sacamos del horno y dejamos enfriar en la bandeja antes de servirlas.

Deliciosas!!!!!

CHEF PATISSIER