# Aperitivos «Low Cost». #RecetasSolidariasParaNavidad.

Hoy os dejo sin menú pero es por una buena causa.

Os cuento. Hace unas semanas, Helena del valle, excepcional bloguera y mejor persona, nos emplazaba a los colegas a participar en una iniciativa destinada a crear un banco de recetas de bajo coste con el fin de ayudar a aquellas familias, cuyos mermados ingresos podrían deslucir considerablemente sus mesas durante las próximas fiestas navideñas.

Inevitablemente, en los últimos tiempos nos hemos centrado en poner de manifiesto las necesidades agónicas de cientos de familias para las que Caritas u otras ONGs se convertirán en los proveedores más cercanos.

Con esas familias, y de manera personal, me consta que somos muchos los que ayudaremos en la medida de nuestras posibilidades.

Pero que pasa con las anteriores? con las que aún se asoman a internet en busca de la receta ideal que les haga brillar y llenar de magia sus cenas o comidas en

estos días de fiesta?

A ellos va dirigido nuestro trabajo; un trabajo hecho con el corazón y cuya única expectativa es la de llevar ilusión y felicidad a muchos hogares.

Gracias Helena por esta genial idea; por hacernos partícipes de ella y por alimentar la solidaridad en cualquiera de sus manifestaciones. Sé que no quieres halagos pero…..chica, te aguantas porque te los mereces.

Y ahora mi aportación, que puede englobarse en la categoría de aperitivos y que se compone de «Dúo de Rulos», «Bocados de Roquefort y Dátil» y «Salmon Eggs». Cuatro aperitivos diferentes, en tres formatos, fáciles, ricos y económicos de los que aquí os dejo las recetas.

Espero que os gusten.

Besos.

«Dúo de Rulos»

Ingredientes ( para 36 unidades):

**Rulos de Atún**

– 8 Rebanadas de Pan Blanco de Molde sin Corteza.
– 1 Lata Grande de Atún en Aceite de Oliva.
– 6 Cucharadas Grandes de Mayonesa Ligera.
– 1 Cucharada de salsa de Soja.
– Una Pizca de Sal.
– Una Pizca de Pimienta Negra Molida.
– 2 Tomates Rojos.
– Pepino ( 1 ó medio si es muy grande).
– 1 Tarrito de Huevas de Lumpo ( sucedáneo de caviar).

Utensilios:

Rodillo, papel de Film y bolsas de congelado.

Ponemos en un recipiente el atún, la mayonesa, la pimienta, y la soja y trituramos bien hasta tener una fina crema y reservamos. Para hacer los rulos unimos las rebanadas de pan de dos en dos, como indica la foto, y con el rodillo las aplastamos para dejarlas más finas y con mayor superficie.

Ponemos 2 cucharadas de la crema de atún sobre el pan y la extendemos con ayuda de una cuchara cubriendo toda la superficie.

Enrollamos y envolvemos como un caramelo en papel de film. Empaquetamos y congelamos durante al menos 4 horas. ( Este paso es recomendable hacerlo la víspera para tener los rulos listos a la hora de emplatar). Sacaremos los rulos del congelador media hora antes de su emplatado para que se vayan atemperando.

Para emplatar, sacamos los rulos del congelador. Lavamos, pelamos, quitamos las semillas y troceamos los tomates en pequeños trocitos. Lavamos y semi pelamos el pepino cortando 20 rodajitas no demasiado finas que nos servirán de

base de los rulos. Cortamos los rulos cuando aún están semi congelados para que el corte sea más limpio. Quitamos primero los extremos que son un poco feos y dividimos cada rulo en 5 porciones.

Colocamos las rodajas de pepino sobre una bandeja y sobre cada rodaja ponemos una porción de rulo. Salamos el tomate y agregamos media cucharadita pequeña sobre cada uno de los rulos. Coronamos con un poco de huevas de lumpo y servimos. Vistoso y muy rico!!!

Rulos de Atún

**Rulos de Foié Gras**

– 8 rebanadas de Pan de Molde Blanco sin Corteza.
– 250 gr. de Queso mascarpone.
– 3 latitas de Foié Grass ligero.
– 100 gr. de jamón Serrano.
– 1 Cucharada de Salsa de Soja.
– Una pizca de Pimienta Blanca Molida.
– 100 gr. de Mantequilla sin Sal.
– Ralladura de Piel de Naranja.

Utensilios:

Rodillo, papel de Film y bolsas de congelado.

En un repipiente ponemos el queso Mascarpone, dos latitas de foie gras, la pimienta y la soja y trituramos haciendo una crema suave que reservaremos en la nevera. a continuación, para hacer los rulos unimos las rebanadas de pan de dos en dos, como indica la foto, y con el rodillo las aplastamos para dejarlas más finas y con mayor superficie. Ponemos 2 cucharadas generosas de la crema reservada y la extendemos cubriendo por completo el pan.  Enrollamos y envolvemos como un caramelo en papel de film. Empaquetamos y congelamos durante al menos 4 horas. ( Este paso es recomendable hacerlo la víspera para tener los rulos listos a la hora de emplatar). Sacaremos los rulos del congelador media hora antes de su emplatado para que se vayan atemperando.

Cortamos el jamón en trocitos (reservando 4 lonchitas) y lo deshidrataremos en el microondas cocinándolo en un recipiente de cristal, tapado con un papel, a máxima potencia durante 4 minutos. Una vez frío trituramos hasta pulverizar y reservamos. Cortamos las lonchas reservadas haciendo tiras de un centímetro de ancho por 5 o 6 de largo y las enrollamos formando rositas que usaremos para rematar el plato.

Preparamos la cobertura batiendo la mantequilla con la latita de foié gras restante y la raspadura de piel de naranja hasta tener un frosting que pondremos en la manga pastelera con la boquilla estrellada mientras cortamos los rulos ( ligeramente congelados para que el corte sea limpio) en 4 porciones cada uno (cortaremos los extremos para que los finales queden también bonitos) y los colocaremos en la bandeja elegida para servirlos. Cubrimos cada porción con la el frosting empezando por el centro para darle a la crema forma de rosa y rematamos con un poco de polvo de jamón y una rosita.

Ya se lo que quiero

«Bocados de Roquefort y Dátil»

Ingredientes (para 20 unidades):

– 1 Lámina de Hojaldre refrigerado.

– 200 gr. de Queso Cremoso ( Philadelphia o similar).

– 100 gr. de Roquefort.

– 10 Dátiles deshuesados.

– 2 Cucharadas de Nata ligera.

– 1 Cucharada de Mermelada de Higos.

– 1 Cucharada de agua.

Utensilios:

Cortapastas redondo, Boquilla y manga pastelera y capsulitas de papel pequeñas.

Trituramos los quesos con la nata, los ponemos en la manga pastelera (con su boquilla puesta) y reservamos en la nevera.

Cortamos el hojaldre en círculos con el cortapastas y los colocamos en el interior de las cápsulas de papel como indica la foto. Nos ayudamos de otra cápsula para ajustarlos bien. Con el horno precalentado a 180ºC horneamos el hojaldre; cuando empiece a dorarse mezclamos la mermelada de higos con el agua y pintamos las bolitas horneando hasta que cojan color dorado. Retiramos del horno, dejamos enfriar y perforamos en el centro de la parte superior de cada bolita ( que estarán huecas por dentro) para inyectar la crema de queso con la manga pastelera, rellenando por completo. Trocear los dátiles y rematar cada bocado con media cucharadita de los mismos.

Puedes cortar los dátiles dándoles forma de estrella y hacer aún más navideño el aperitivo.

Ya se lo que quiero

«Salmon Eggs»

Ingredientes ( para 16 unidades):

– 8 Huevos L.

– 4 Cucharadas grandes de mayonesa ligera.

– 9 Palitos de cangrejo ( surimi).

– 100 gr. de salmón Ahumado en Lonchas finas.

– 1 Cucharada de Salsa de Soja.

– 1 Cucharadita de Eneldo.

Utensilios:

Manga pastelera y boquilla en forma de estrella.

Cocemos los huevos durante 10 minutos ( los ponemos con el agua fría y contamos el tiempo desde que empieza a hervir) no más para que la yema no se nos ponga verde.

Enfriamos los huevos duros bajo el grifo y pelamos. Cortamos cada huevo por la mitad y le sacamos las yemas, reservamos.

Con las lonchas de salmón ahumado hacemos pequeñas tiras ( saca 16) que enrollaremos convirtiendo en pequeñas rositas que reservamos también, usando los recortes sobrantes de las lonchitas para el relleno. En un recipiente ponemos la mayonesa, la soja, las yemas de los huevos, los restos de haber cortado el salmón y los palitos de cangrejo troceados. Trituramos hasta tener una crema untuosa que colocaremos en la manga pastelera y reservaremos en la nevera mientras cortamos una pequeña lámina en la base de cada mitad de huevo para que al colocarlos en la bandeja no nos bailen.

Los rellenamos entonces con la crema reservada en la manga, los espolvoreamos con el eneldo y los colocamos en una bandeja rematando cada huevo con una rosita de salmón.

Ya se lo que quiero