# Quisquilla y Mango. Sabor #MadeinMotril.

QUISQUILLA y
Mangos de Motril
Enrollados

Hace días que la alarma de mi móvil vuelve a despertarme sin la menor consideración antes de que amanezca y aunque las carreras matutinas por llegar en hora a todo ya no son lo que eran desde que mis «niños» son totalmente autónomos, dedicar unos minutos a prepararles el desayuno sigue haciendo que me sienta buena madre.

Atrás queda un verano fabuloso, lleno de momentos y lugares irrepetibles que espero mi memoria sepa conservar para siempre.

Pero hay que reanudar el trabajo, porque son muchas las semanas sin publicar y grandes las ganas de volver a compartir mis recetas con vosotros para, de paso, hablaros con cada una de ellas de las cosas que despiertan mi interés dentro del mundo gastronómico.

Dar mi opinión de cuanto está aconteciendo en torno a la coquinaria andaluza y de cómo veo a nuestra Granada, tratando de levantarse para dejar de ser la cenicienta del grupo.

Anunciaros que hay emprendedores granadinos dispuestos a pelear por la excelencia de nuestra cocina, promoviendo y apostando por el consumo de productos de máxima calidad con el sello de esta tierra.

Y ansío empezar a dar salida a una cajita llena de especias atesoradas durante mis vacaciones, que aguardan pacientes su turno de aparición en esta mi ventana al mundo.

Mas vuelvo como abanderada lugareña, porque «es de bien nacidos ser agradecidos» y la primera de mis creaciones de esta nueva temporada tiene entre sus ingredientes principales el mango motrileño.

Porque llegar a casa y que te reciban con una caja de tan magníficos frutos, regalo de mi hermana Isabel #lovelysister, no tiene precio y debo añadir que sólo aquel afortunado que haya tenido la suerte de probarlos sabe que estoy hablando de una auténtica joya.

Los he acompañado de la otra gran baza de la despensa local: quisquilla de Motril y también de aguacate, para crear un plato con alma motrileña, 100% sabor #MadeinMotril, con el que reivindico y argumento que la costa tropical cuenta con los elementos necesarios para aupar a su provincia y posicionarla junto a los

grandes dentro del panorama culinario porque… si yo en casa y con mis conocimientos de cocina básicos saco un plato como este; qué no podrán hacer excelentes chefs si trabajan con los mejores productos de cada uno de nuestros pueblos?

Ilusión, confianza, tesón, trabajo, honradez y constancia, sumadas al talento son las claves con las que se terminan consiguiendo los objetivos.

Dicho esto voy ya con mi receta, a la que he llamado «Quisquilla y Mangos de Motril Enrollados», de la que os dejo el paso a paso para su elaboración por si os animáis a prepararla.

Seguro que os gusta.

Besos.

# QUISQUILLA y

# Mangos de Motril

## Enrollados

### Ingredientes

### Para 4 Personas

– 600 gr. de Quisquilla de Motril Peladas (vale cualquier tipo de gamba siempre que sea fresca, pero el sabor de la quisquilla… es espectacular).

– 1 Mango de Motril ( mediano y en su punto de maduración).

– 1 Aguacate de la Costa Tropical ( mediano y en su punto de maduración).

– 50 gr de Pistachos pelados.

– 1 Cucharada de salsa Tamari (o de Soja).

Media lima.

– 4 Cucharadas de Aceite de Oliva Virgen Extra ( he usado la variedad Arbequina).

– 1/3 de Cucharadita de Shichimi tougarashi ( 7 especias chinas o si no tienes puedes usar media cucharadita de tabasco o ají).

– Media Cucharadita de Sal rosa del Himalaya (o sal comun).

### Material Extra

-Papel de Film.

– bandejita plana o mantelito individual de plástico flexible (que te quepa en el congelador)

– Cuchillo Grande.

– Accesorio picador de la Minipimer.

– Pincel de Cocina.

– Bol Mediano.

– Esterilla de Sushi.

Aunque en la foto aparecen dos mangos solo se necesita uno de ese tamaño.

# Paso a Paso

## El Carpacho de Quisquilla

Para hacer nuestro enrollado necesitamos tener una plancha de carpacho de quisquillas y para hacerla necesitaremos 500 gr de Quisquillas peladas, papel de film y el cuchillo grande.

Puedes usar otro tipo de gamba, pero debe ser siempre fresca si quieres un buen resultado. Mira que pinta tienen estas quisquillas de motril

Comienza por pelar las quisquillas de Motril (para tener 600 gr peladas necesitarás al rededor de 900 gr sin pelar), reservando si puedes sus llamativas huevas azules (que usaremos para dar un toque de color extra al plato) y eviscerarlas si fuera necesario, normalmente, y eso es una de las buenas cualidades de la quisquilla, su tripa suele estar limpia. Y por supuesto hazte un caldo con las cáscaras que podrás usar para preparar un arroz estupendo.

Una vez peladas, reserva 100 gr (para el relleno) y el resto (500gr) lo colocas

sobre una doble capa de papel de film formando un cuadrado como se ve en la foto. Cúbrelo con otras dos capas de film y con la parte más ancha de la hoja del cuchillo vamos aplastando las quisquillas hasta dejar una plancha plana de algo menos de un centímetro de grosor; no las aplastes demasiado porque no queremos un carpacho demasiado fino. Alisa con la mano par igualar, destápalo y con ayuda del cuchillo perfeccionamos la forma del cuadrado, rectificando sus bordes y alisando un poco más la superficie.

Volvemos a cubrirlo con papel de film y sobre una bandejita plana o un mantel individual de plástico, para que no se deforme nuestro cuadrado de carpacho, lo metemos en el congelador mientras continuamos preparando nuestra receta.

# Los Pistachos

Este plato lleva también unos pistachos picados que le darán un toque crujiente. Para ello necesitaremos además de 50 gr. de pistachos pelados, el accesorio picador de la minipimer ( si no lo tienes, metes los pistachos en una bolsita y los golpeas con el mortero hasta triturarlos).

Pon los pistachos pelados en la picadora y tritura, poco a poco para no pulverizarlos, hasta tener una textura como la que se ve en la foto. Coge dos cucharadas una vez triturados (que usaremos para emplatar) y reserva por separado.

# El Relleno

Para preparar el relleno necesitaremos los 100 gr. de quisquillas reservados, el aguacate, los pistachos triturados (menos las 2 cucharadas reservadas para emplatar), 2 cucharadas del aceite, la salsa de soja, la mitad de la sal, la media lima, el shichimi y el bol mediano.

Pelamos y troceamos el aguacate en trocitos muy pequeños y lo ponemos en el bol junto con el hueso (que ayudará a que no se oxide demasiado). Picamos ahora las quisquillas y las incorporamos al bol, agregamos el pistacho triturado, la sal, el shichimi, la salsa de soja, el aceite y el zumo de la lima. Mezclamos todo muy bien hasta integrar todos los ingredientes, tapamos con papel de film y reservamos e la nevera.

# El Mango

La calidad del mango es fundamental en esta receta así que si busca en tu frutería o mercado mangos de Motril que siempre son garantía de sabor.

Lo pelamos y fileteamos en lonchas de medio centímetro de grosor y con lo que ya no podamos filetear hacemos trocitos pequeños que usaremos para decorar nuestro plato.

# El Enrollado

Con el mango cortado, la mezcla de aguacate, pistachos y gambas para el relleno, la plancha de carpacho congelada, la sal y el aceite restantes podemos pasar a elaborar nuestros enrollados para lo que necesitaremos también más papel de film, el pincel de cocina y la esterilla de sushi.

Retiramos el papel film solo a una cara de nuestro cuadrado de carpacho de quisquillas, lo pintamos con las otras dos cucharadas de aceite de oliva y lo salamos con la otra mitad de la sal.

Cubrimos por completo el cuadrado con las lonchas de mango, como se indica en la foto, y cortamos nuestro cuadrado por la mitad. Ahora tenemos dos rectángulos y en el centro de cada uno de ellos formamos un lingote con la mezcla de aguacate, pistacho y quisquillas de un extremo a otro.

Separamos los rectángulos y los colocamos sobre la esterilla de sushi cubierta de papel de film (primero uno y luego repetimos la operación con el otro).

Ahora cerramos la esterilla con delicadeza para envolver el centro de aguacate con el mango y la quisquilla y una vez formado el rulo presionamos un poco hasta unir los dos extremos de mango y quisquilla. Cuando tengamos los dos rulos hechos, los envolvemos como si fuesen caramelos y los metemos en el congelador nuevamente sobre una superficie plana para que no se nos deformen.

Es importante que estén congelados para poder cortarlos sin que se nos desarmen.

# Emplatado

Con nuestros rulos ya congelados, las dos cucharadas de pistachos triturados reservadas, el mango picadito y las huevecillas azules que guardamos al pelar las quisquillas, pasamos a montar nuestros platos.

Hacemos un dibujo en el fondo del plato con una cucharadita de pistachos triturados. Quitamos los envoltorios de papel de film a los rulos de quisquilla y con el cuchillo humedecido con agua caliente los cortamos; primero les quitamos la parte fea de los extremos y luego los cortamos por la mitad y cada mitad en tres trozos de diferente tamaño; uno mas grande, uno mediano y otro más pequeño (de cada rulo nos salen 6 trozos).

Colocamos los tres trozos sobre los pistachos de cada plato y ponemos una cucharadita del mango picado en un lateral y sobre el mismo colocamos unas huevas azules. Epolvoreamos los rulos con un poco más de pistachos y dejamos atemperar unos 15 minutos antes de servir.

Un plato exquisito, sano y con todo el sabor de mi tierra.

Optimized by www.ImageOptimizer.net

QUISQUILLA Y
Mangos de Motril
Enrollados

Optimized by www.ImageOptimizer.net

Optimized by www.ImageOptimizer.net

Ya sé lo que Quiero
Optimized by www.ImageOptimizer.net