



Campus  
de Turisme, Hoteleria  
i Gastronomia

## MENÚ DE NADAL GREMI DE MAJORISTES

### CAPUTXINO DE VERDURES, GAROTA I AIRE DE BACALLÀ FUMAT

INGREDIENTS per 4 persones:

**-Crema de pastanaga i api:**

-200 g de pastanaga

-200 g d'api

-200 ml aigua mineral

-2 cl oli verge extra

-sal

-pebre negre molt al moment

**-Aire de bacallà fumat:**

-40 g de bacallà fumat

-150 ml de nata líquida

-1 g de lecitina de soja

-40 g de garota fresca

En una olla al foc posarem l'oli verge extra, un cop calent sofregirem les pastanagues i l'api, prèviament tallat en juliana. Un cop sofregit, abocarem l'aigua mineral i ho portarem tot a ebullició. Un cop bullit, reduïrem fins a la meitat, afegirem la sal i el pebre negre acabat de moldre i triturarem. Colarem per un colador fi. Reservarem .

En un cassó petit posarem la nata i la portarem a ebullició. Un cop bulli, hi afegirem el bacallà fumat i triturarem. Colarem amb un colador fi i afegirem la lecitina de soja.

**MUNTATGE:** en un got de caputxino, preferentment de vidre, abocarem la crema de pastanaga i api, a sobre d'aquesta una cullerada de 10 g aprox. de garota fresca. Finalment acabarem amb l'aire de bacallà fumat prèviament emulsionat amb el braç triturador.



Campus  
de Turisme, Hoteleria  
i Gastronomia

## TÀRTAR DE NAVALLES, ESCOPINYES I SALSA JAPONESA

INGREDIENTS per a 4 persones:

### - Tàrtar

-600 g de navalles mitjanes fresques

-400 g d'escopinyes grans fresques

-20 g d'all tendre picat a brunoise

-20 g d'ous de truita (caviar)

-2 raves crus

-50 g d'escarola frissé

-2 litres d'aigua mineral

-40 g de sal marina

-5 ml d'oli verge extra

### -Salsa japonesa (Ponzu):

-10 ml de salsa de soja

-10 ml de suc de cítrics (llimona, taronja, mandarina)

-5 ml de vinagre d'arròs

-5 ml de mirim(vi d'arròs)

-10 g d'alga kombu seca

-5 g de katsoubushi (escates seques de bonítol)

En un vol, afegirem tots els ingredients de la salsa japonesa, reservarem a la nevera en fred durant almenys dues hores.

En una olla posarem els dos litres d'aigua mineral i la sal i portar a ebullició. Abocarem les navalles, courem fins que torni a arrencar el bull, les traurem i les refredarem ràpidament en un vol amb força aigua freda i gel. Un cop fredes les escorrerem i assecarem amb paper absorbent de cuina, tallar-les amb un gruix d' 1/2 cm. Reservar.

En una olla ben calenta abocarem les escopinyes i taparem. Un cop s'obrin les closques, les traurem del foc i les refredarem amb aigua i gel. Un cop fredes les escorrerem. Retirem les closques.

Destriarem i rentarem bé l'escarola frissé. Un cop neta, l'escorrerem bé amb paper absorbent.

Traurem de la nevera la salsa japonesa i la colarem per un colador fi per obtenir una salsa ben neta. Tallarem els raves a làmines molt fines.

**MUNTATGE** : en un vol posarem les navalles, l'oli verge extra, la salsa ponzu i barrejarem. En el fons d'un plat soper i amb l'ajut d'un motlle rodó de 6x6 cm, posarem el tàrtar de navalles, a sobre d'aquest hi disposarem unes escopinyes, seguirem amb un xic d'ous de truita i acabarem decorant amb unes branquetes d'escarola frissé. Napar amb la salsa japonesa.



Campus  
de Turisme, Hoteleria  
i Gastronomia

## FARCELLS ROSTITS DE RAP, PIL-PIL DE COLIFLOR, XIPS DE CARXOFA I SALSÀ ESPANYOLA.

INGREDIENTS per a 4 persones:

- 600 g de cua de rap gran neta i sense cap
- 150 g porros nets sense fulles verdes i arrels
- 200 g de coliflor fresca neta
- 75 g de carxofes fresques
- 20 cl d'oli verge extra suau
- 250 ml d'oli de gira-sol
- oli verge extra
- sal en escates
- sal marina
- 5 ml de salsa espanyola (concentrat de carn)

Tallarem el rap en racions d'uns 150 g, els reservarem en fred a la nevera. (Ho podem demanar net i tallat a la mateixa peixateria )

Tallarem els porros a raó d'uns 10 cm de gruix. Farem un tall transversal en tot el gruix del porro. En traurem les capes. Un cop tinguem les capes de porro, les escaldarem, les refredarem amb aigua freda i gel. Assecar amb paper absorbent de cuina. Embolicarem el rap amb les làmines de porro fent un farcellet. Reservarem .

Tallarem la coliflor per les branques per obtenir petits trossos. Un cop tinguem la coliflor, la courem al vapor 100°C durant 10 minuts. Un cop cuita, la triturarem amb el robot de cuina i afegirem l'oli verge extra i un polsim de sal. Obtindrem un puré molt fi que reservarem en calent.

En un cassó baix, escalfarem l'oli de gira-sol. Portarem l'oli a uns 180°C. Pelarem un xic les primeres fulles de les carxofes i les tallarem en juliana començant per la base. Obtindrem unes làmines d'uns 2 mm de gruix. Tirarem aquestes làmines de carxofa a l'oli de gira-sol i les fregirem. Escorrerem en paper absorbent de cuina. Reservar.

Marcar a la planxa els farcellets de porro i rap. Un cop marcats per tots els costats, els

acabarem de coure al forn a 200°C durant uns 10 minuts aprox.. Mentrestant escalfar la salsa espanyola.

**MUNTATGE:** en el fons d'un plat, farem una llàgrima de pil-pil de coliflor. A sobre hi posarem el farcellet de rap i porro, disposarem per sobre les xips de carxofes. Napar amb salsa espanyola per sobre.



Campus  
de Turisme, Hoteleria  
i Gastronomia

## PINYA ROSTIDA, MOUSSE DE CAQUI I TARONJA I SORRA DE CACAO

INGREDIENTS per a 4 persones:

### **-Mousse de caqui i taronja**

- 4 caquis ( 200 g aprox.)
- 100 ml de suc de taronja
- 5 g gelatina
- 150 g nata fresca
- 10 g de sucre

### **-Pinya rostida**

- 200 g de pinya neta sense pell
- 100 ml d'aigua mineral
- 100 g de sucre

### **-Sorra de cacau**

- 50 g de mantega
- 50 g de farina
- 50 g d'ametlla molta
- 50 g de sucre
- 5 cullerades de cacau en pols

Comencem pelant els caquis. Seguidament els tallem a trossos i els posem al vas de la batedora amb el suc de taronja i amb 5 g de sucre. Triturarem bé. Dissoldrem la gelatina amb una mica d'aigua tèbia. Una cop dissolta l'afegirem a la crema de caquis, remourem bé perquè la gelatina quedi ben integrada. Muntar la nata, amb el sucre restant i barrejar a la crema de caqui. Reservarem a la nevera durant un mínim de 2 hores fins que qualli. Reservar.

Tallar la pinya a daus de 2x2 cm , deixarem macerar dins un vol amb sucre unes 2 hores. Una vegada macerada, saltar amb una paella molt roenta fins que quedi tova i caramel·litzada. Reservar.

Amassarem la mantega, ben freda amb la farina, hi afegirem l'ametlla mòlta i el sucre i finalment el cacau en pols. Estirar amb l'ajut d'un corró d'un gruix de 1/4 de cm, posar en una safata de forn i coure a 170°C. Hem d'obtenir una galeta molt seca i tot seguit, una vegada freda, trencar i fer una sorra.

**MUNTATGE:** disposarem un parell de cullerades de sorra de cacau a la base del plat. A sobre posarem els daus de pinya en almívar i acabar amb unes boles de mousse de caqui i taronja.