



Recetas para  
Navidad

## Ensalada de naranja, botes de kale y achicoria

### Vanessa Losada



*"Cada año, cuando se acercan las navidades, me gusta pensar en formas alternativas y más saludables de acompañar las cenas y comidas de estas fiestas.*

*Busco Interpretar recetas convencionales y darles un giro amable que nos cuide por dentro y por fuera.*

*Tengo impregnado en mi paladar los sabores de mi infancia. Esta ensalada, está inspirada en la ensalada de escarola, granada y ajo que tomábamos en fin de año.*

*He sustituido la escarola por los brotes de kale que son más ricos en clorofila. La achicoria hace un guiño al sabor amargo de esta ensalada y además es muy depurativa. La naranja y jengibre me recuerdan a las galletas de jengibre que tomábamos en Inglaterra.*

*Y por supuesto unas semillas de calabaza y piñones para darle el toque crujiente y aprovechar su grasas saludables y minerales.*

*Una receta rápida y perfecta para acompañar cualquier plato mientras nos cuidamos."*

## Ingredientes

### Para 4 - 5 personas

#### Para la vinagreta:

- 2 cucharadas soperas de aceite de lino u oliva
- 1 cucharada soperas de vinagre manzana
- 1 cucharada soperas de tamari
- ½ cucharadita de jengibre molido

#### Para la ensalada:

- 1 puñado de achicoria lavada y seca
- 1 puñado de brotes de kale lavados y secos
- 2 naranjas peladas y cortadas en rodajas
- 2 cucharadas soperas de semillas de calabaza

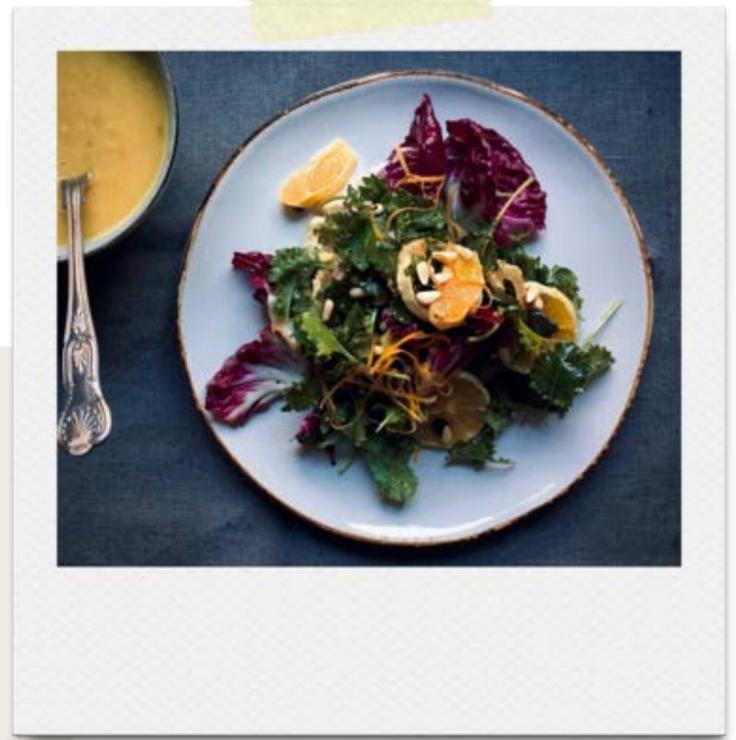
#### Para los toppings:

- 1 cucharadita de Z'atar
- 1 cucharada soperas de piñones tostados
- Ralladura de piel de naranja o en tiras finas

## Elaboración

- Para hacer el aliño, en un bol pequeño ligamos los ingredientes de la ensalada y reservamos.

- En una ensaladera mezclamos la achicoria, kale, naranja y semillas de calabaza.



- Aliñamos la ensalada y mezclamos.

- Servimos en un plato grande. Decoramos con piñones, ralladura de naranja y espolvoreamos z'atar por encima.

ALAMBBIQUE

## Alcachofas encurtidas

**Nerea Zorokiain**



*“Las alcachofas encurtidas son una manera maravillosa de conservar esta deliciosa verdura durante largos meses y además, está increíble. Recuerda que las alcachofas contienen un prebiótico maravilloso para tu microbiota, así que ahora que es finales de temporada, puedes prepararlas de mil maneras.”*

## Ingredientes

**Para 20 alcachofas**

- 20 alcachofas
- 1/2 taza de limón
- 1 bolsita de té
- 1 taza de aceite
- 5 ajos
- 3 cucharadas de sal
- 1/2 taza de vinagre
- 5 cayenas

## Elaboración

- Poner en una cazuela una bolsita de té, el zumo de limón, el vinagre, el aceite de oliva, la sal, las guindillas y los ajos. Déjamos infusionar a fuego lento durante 5 o 10 minutos aproximadamente.



- En un recipiente con agua, añadimos un poco de agua con sal para ir poniendo allí las alcachofas y que no se nos oxiden. Colocamos una cazuela al fuego con agua para cocinar las alcachofas. Limpiamos las alcachofas eliminando las hojas externas y la punta y cortamos en 4 o 6 trozos. Colocamos en el agua con sal.

- Una vez el agua esté hirviendo, cocinamos alrededor de 5-6 minutos a fuego fuerte. Las escurrimos y colocamos en un plato.

- En un bote de cristal, ponemos las alcachofas hasta llenarlo completamente. Añadimos la infusión hasta que quede todo cubierto por completo. Si necesitamos hacer más cantidad de líquido, solo tendríamos que volver a hacer la misma mezcla.

- Colocamos unos pesos para que quede todo bien sumergido y derramos el bote bien.

## ¿Cómo conservar estas alcachofas durante meses?

- Si además, de preparar la receta, quieres conservarla durante varios meses, lo mejor es que al finalizar el proceso de elaboración, las cocines al baño maría y cierres al vacío los botes. Esto te asegura que no habrá oxígeno y así las puedes conservar más de un año.

- Para hacer este proceso, una vez tengas ya las alcachofas con todos los ingredientes y bien cerrado, coloca el bote dentro de una cazuela con el agua cubriendo por encima de la tapa. Llévalo a ebullición y, una vez que haya empezado a hervir, déjalo cocinándose durante 45 minutos.

- Yo, para acelerar este proceso, lo hago en la olla express y lo cocino por 15 minutos.

- Asegúrate de que la tapa haya quedado hacia abajo y si ves que pierde líquido, la puedes consumir la primera. Recuerda que aunque no esté al vacío, la puedes conservar durante meses si toda la verdura queda bien sumergida.

- Espero que te gusten tanto como a mí.

ALAMBBIQUE

# Nargnesi

**Parvaneh Kazemi**



*"Este plato me recuerda a mi infancia en Irán. Es diferente, con una presentación espectacular y un sabor que lo es más aún."*

## Ingredientes

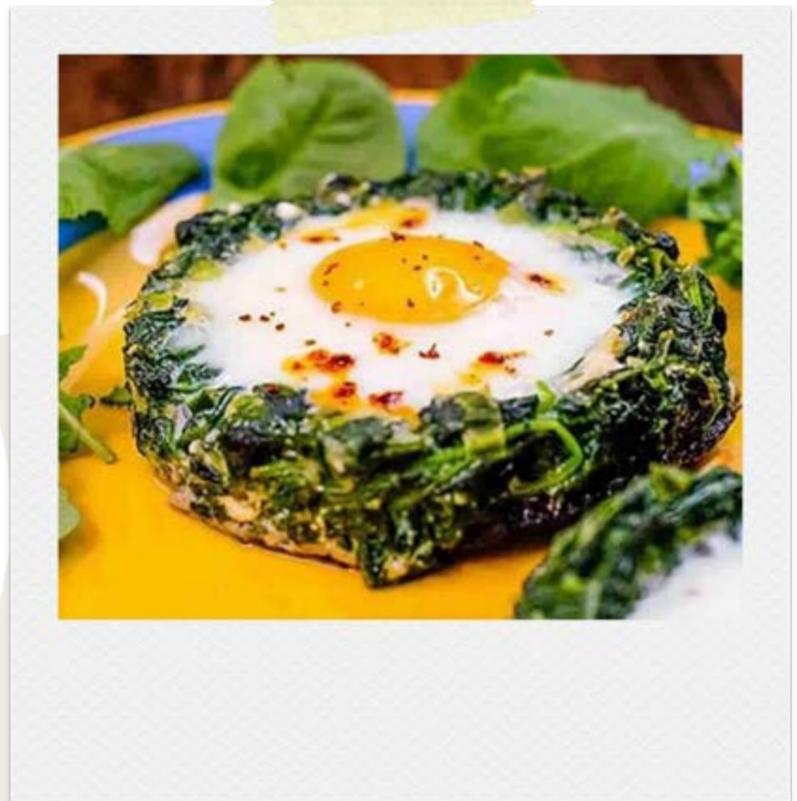
### Para 1 ración

- 200 g de espinacas
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 1 huevo
- Sal
- Pimienta
- Cúrcuma

## Elaboración

- Cortamos las espinacas no muy finas y las incorporamos en una cacerola a fuego lento durante 15 minutos, hasta que se cocinen bien.

- Cortamos la cebolla y la pochamos en una sartén, posteriormente, incorporamos los ajos rallados y los sofreímos.



- Agregamos sal, pimienta y cúrcuma al gusto y mezclamos bien.
- Cascamos el huevo sobre las espinacas y ponemos la tapa de la sartén hasta que el huevo se cocine.
- ¡A disfrutar!

ALAMBBIQUE

## Croquetas de pollo al curry

### Anamika Das



"Cuando probé por primera vez las croquetas, me fascinó su maravillosa textura y su sabor. Más tarde, cuando investigué cómo conseguir que las croquetas me quedasen siempre cremosas por dentro y con una textura crujiente por fuera, me quedé sorprendida con la técnica.

Desde entonces, cada vez que he hecho croquetas, he estado pensando que debía preparar unas croquetas con sabor a mi tierra; unas croquetas con un toque de curry, que consiguieran la fusión perfecta.

Así que, me puse manos a la masa, literalmente, e hice varias pruebas hasta que conseguí unas croquetas repletas de esos sabores que me transportan directamente al auténtico sabor del pollo al curry de mi tierra.

Esta receta de croquetas de pollo al curry que te comparto hoy tiene una textura súper cremosa y un sabor exótico resultado de una mezcla equilibrada de especias."

## Ingredientes

### Para 4-6 personas

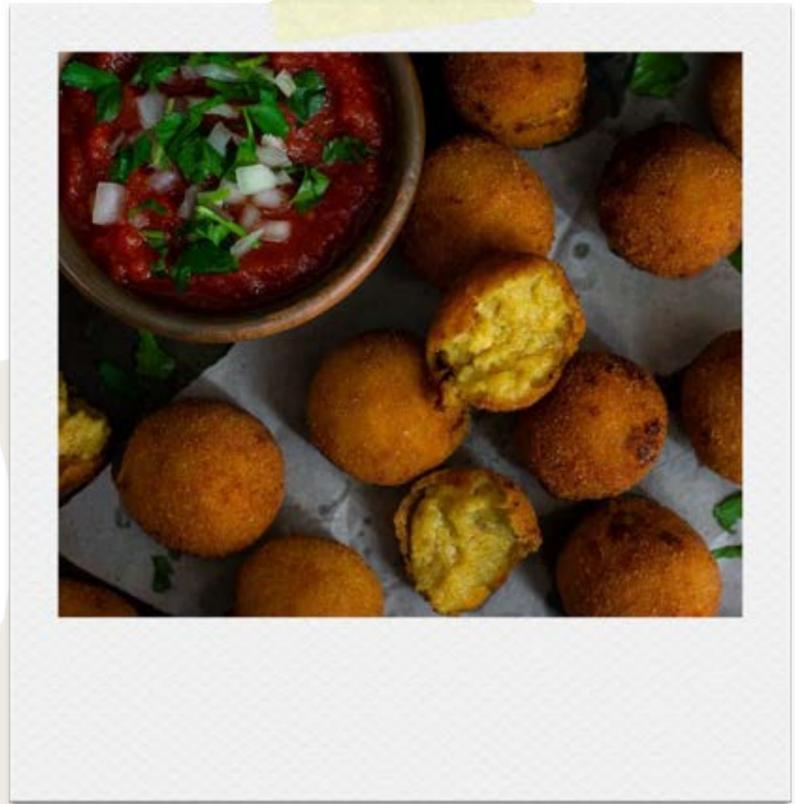
- 1 pechuga de pollo (400 g aprox.)
- 250 ml de caldo de pollo (aprox.)
- 800 ml de leche
- 200 ml de nata para cocinar
- 2-3 cucharadas soperas de AOVE
- 90 g de mantequilla
- 90 g de harina
- 1/2 cebolla cortada en dados pequeños
- 2 cucharaditas de pasta de ajo y jengibre
- 3 huevos
- Pan rallado
- Sal al gusto
- Aceite para freír
- Especias enteras:**
  - 2 hojas de laurel
  - 1 rama de canela
  - 2 cardamomos verdes
- Especias en polvo:**
  - 1/2 cucharadita de cúrcuma
  - 1/2 cucharadita de chile en polvo (opcional)
  - 1 cucharadita de comino molido
  - 1 cucharadita de semillas de cilantro molido
  - 1/2 cucharadita de Garam Masala

## Elaboración

- En un recipiente calentamos el aceite a fuego medio-alto.

Agregamos las especias enteras.

Esperamos unos segundos y añadimos la cebolla cortada en dados pequeños con una pizca de sal.



- Cuando la cebolla esté pochada agregamos la pasta de ajo y jengibre.

Cocinamos unos segundos y añadimos las especias en polvo excepto el Garam Masala.

- Sofreímos las especias a fuego medio unos segundos y agregamos la pechuga de pollo. Doramos la pechuga por ambos lados y añadimos el caldo de pollo. Mezclamos y rectificamos la sal.

- Tapamos el recipiente. Cocinamos la pechuga unos 30 minutos o hasta que quede bien cocida y que la salsa quede muy reducida.

- Apartamos la pechuga en un plato y cuando este un poco templada la cortamos en trozos muy pequeños. Los reservamos para luego.

- Ponemos en un cazo leche y nata líquida a fuego medio. Calentar durante 4-5 minutos sin que llegue a hervir. Este paso es para luego acelerar el proceso de preparación de la salsa bechamel.

- Ahora en el mismo recipiente donde hemos cocinado la pechuga, junto con la salsa reducida añadimos la mantequilla. Cuando se derrita agregamos la harina y removemos con unas varillas hasta que se dore ligeramente.

- Añadimos la mitad de la mezcla de leche y nata, removiendo sin parar con una varilla para que no formen grumos.

- Poco a poco añadimos el resto de la leche sin dejar de remover. Cuando hayamos acabado con la leche y la masa haya espesado añadimos el pollo y el Garam Masala. Mezclamos bien y rectificamos la sal.

- Continuamos trabajando la masa con la varilla durante 12-15 minutos antes de retirar del fuego.

- La masa habrá alcanzado su punto de espesor cuando se despegue de los bordes del recipiente.

- Una vez lista, la pasamos a una fuente. La cubrimos con papel film transparente, que toque la masa para que no se nos forme una capa dura en la superficie al enfriarse (ver foto arriba).

- Una vez fría la llevamos a la nevera. Yo suelo dejar la masa de un día para otro y de esta manera la masa ha alcanzado un punto de espesor óptimo y resulta más fácil de manejar a la hora de montar las croquetas.

- Batimos muy bien los huevos. Ahora cogemos porciones de la masa con una cuchara y damos forma redonda con pan rallado (no utilizarlo en exceso).

- Después las pasamos por huevo batido y pan rallado de nuevo.

- Freímos en abundante aceite caliente, con cuidado de que se hagan por dentro sin quemarse por fuera.

- Las retiramos en papel de cocina antes de servir, para que no tengan exceso de grasa.

## Pan de pueblo relleno con queso

**Javier Fernández  
Pérez de Larraya**



*"Esta receta la descubrí en Portugal. Es sencilla, fácil de preparar y muy rica. Y se puede poner de aperitivo en casi cualquier escenario"*

## Ingredientes

**Para 6 personas**

- 1 cucharada de aceite de oliva
- 4 dientes de ajo
- 100 g de cebolla en rodajas finas
- 250 g de puerro
- 300 ml de leche entera
- 100 g de queso mozzarella
- 50 g de queso emmental rallado
- 50 g de queso gorgonzola
- 1 pan de pueblo redondo entero, de unos 400 g
- Cebollino picado
- 1 poco de vino blanco
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- Nuez moscada al gusto

## Elaboración

- En una cazuela antiadherente, verter el aceite y freír ligeramente los ajos picados. Añadir la cebolla y el puerro, y pochar hasta que estén tiernos. Añadir la leche y el vino blanco, así como la pimienta y la nuez moscada. Dar un hervor.



- Añadir los quesos (reservar 10 g de mozzarella y de emmental). Remover bien y dejar cocinar lentamente. A media cocción, añadir la sal. Precalentar el horno a 200°C.

- Cortar la parte de arriba del pan, como si fuere una tapa y sacar toda la miga. Añadir la miga a la mezcla de quesos y verduras. Incorporar el cebollino picado, remover y rellenar el pan con la mezcla de quesos y verduras. Espolvorear el pan con lo quesos que habíamos reservado.

- Dorar en el horno unos 5 minutos.

- Servir caliente.

ALAMBIQUE

## Silla príncipe de Asturias

**María Jiménez  
Latorre**



*"Aunque da trabajo, el resultado es impresionante. Recuerdo a mi madre dejar la pieza sumergida en leche durante 12 horas y comentar "si la dejas en leche, no se podrá diferenciar si es cerdo o ternera". La presentación queda majestuosa y mi madre nunca me supo explicar por qué se llamaba "silla Príncipe de Asturias", pero sí es verdad que al quitar el solomillo, los huesos quedan como una silla.*

*Es un plato barato pero muy resultón."*

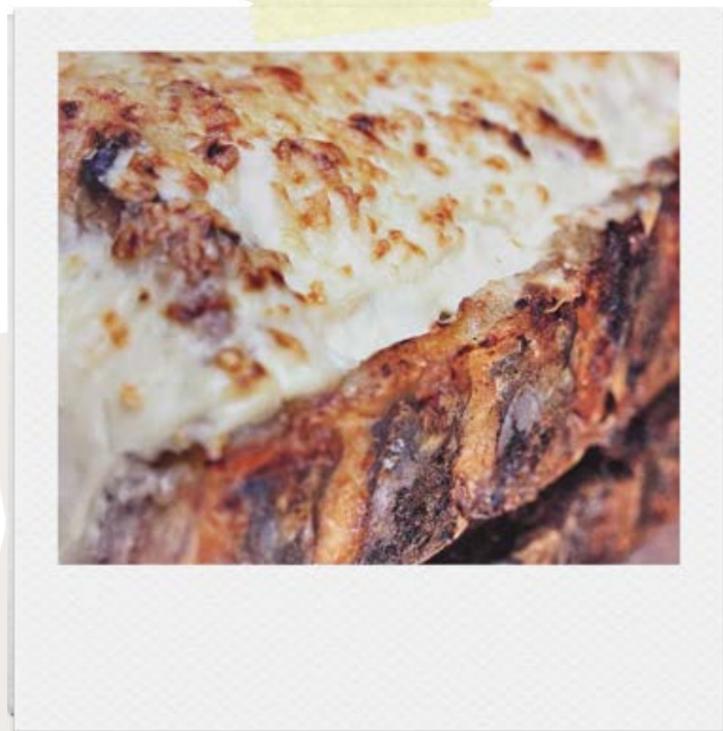
## Ingredientes

**Para 12 personas**

- Un costillar de ternera o de cerdo de 2,5 kg (al menos 20-25 cm)
- 100 ml de aceite de oliva
- 750 ml de leche
- 50 g de mantequilla
- 50 g de harina
- 100 g de jamón serrano en lonchas
- 200 g de cebolla
- 1 vaso de nata
- Sal
- Pimienta
- Nuez moscada
- Queso rallado
- Puré de patata (para acompañar)

## Elaboración

- Sella el costillar y ponlo en una placa besuguera con 50 ml de aceite. Dóralo por todos los lados en la chapa y luego mételo en el horno a 180°C, aproximadamente 1 hora u hora y media, según el tamaño de la pieza.



- Prepara una bechamel con 50 g de mantequilla, 50 g de harina y 500 ml de leche, resérvala. Blanquea la cebolla hecha tiras, es decir, echa la cebolla en agua hirviendo y sal, déjala cocer durante 5 minutos, pásala por agua fría y escúrrela.

- Pon el jamón en una sartén grande, fríelo un poco y, a continuación, echa la cebolla ya blanqueada, remuévelo un poco, añade luego 100 ml de leche y déjalo estofar hasta que la cebolla esté cocida. Entonces retira el jamón y pasa el resto por la batidora con la mitad de la bechamel. Añade el jamón picadito y la nata a este puré.

- Saca la silla del horno y mantenla fuera de este durante un rato, para que se enfríe un poco y poder manipularla. Quita el lomo del costillar y deja el primer trozo pegado a las costillas.

- Filetea el lomo y vuelve a colocarlo en el costillar, poniendo puré de cebolla entre cada filete.

- Añade el sobrante del puré al resto de la bechamel y, con ello, abre la silla entera. Espolvorea queso rallado por encima y gratina el costillar en el horno. Sírvelo acompañado de bolitas de puré de patata.

## Picantones al horno con setas

### Amparo González



*"Esta receta se elaboraba en mi casa todos los sábados, se dejaba preparada en el horno y mientras se iba haciendo salíamos a tomar el aperitivo. A la vuelta mi madre triturada la salsa y comíamos como reyes.*

*Generalmente, como éramos muchos, cocinábamos con pollos enteros. En Navidad lo acompañábamos de ciruelas y orejones y cambiábamos el pollo por pularda, pavita...*

*Ahora yo con la misma receta compro picantones, medio por comensal, queda muy elegante y la carne del picantón es muy suave y sabrosa."*

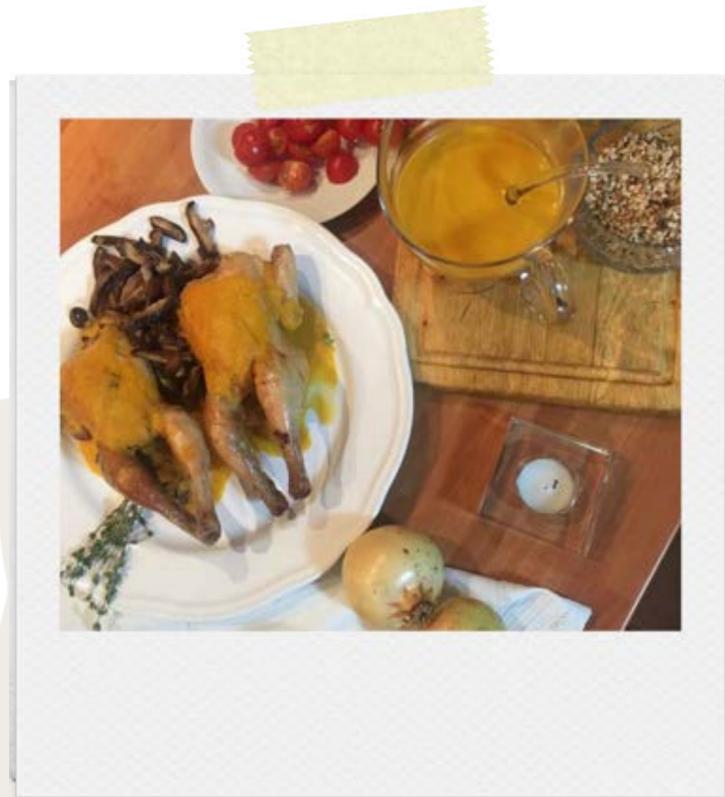
## Ingredientes

### Para 6 personas

- Pollos picantones o coquelet
- 2 zanahorias
- 1 cebolla
- 1 pimiento verde italiano
- 1 tomate maduro
- 1 diente de ajo
- 100 ml de vino blanco
- 100 ml de agua
- Zumo de limón
- Aceite de oliva
- Sal
- Pimienta en grano
- Romero
- Perejil picado
- 250 setas

## Elaboración

- Limpiar los picantones y ponerlos enteros o partidos por la mitad sobre una fuente de horno. Salpimentar y rociar con el zumo de limón. Añadir a la bandeja las verduras troceadas (cebolla, ajo, pimiento, zanahoria y tomate). Incorporar el romero.



- Precalentar el horno a 200°C. Introducir la bandeja y hornear durante 30 minutos. Después rociar con el vino y el agua, seguir horneando 10 minutos más dando la vuelta a los picantones.

- Hornear hasta que estén completamente hechos. retirar las verduras y triturar.

### Para las setas:

- Calentar aceite en una sartén y saltear las setas con ajo y perejil.
- Poner la salsa en un cazo añadiendo las setas salteadas y calentar.
- Servir el picantón con la salsa.

## Chikuzenni

### Naumi Uemura



*"El chikuzenni es un delicioso plato de otoño e invierno japonés. Es un estofado de pollo y verduras perfecto para cualquier ocasión."*

## Ingredientes

### Para 4 personas

- 250 g de contramuslo de pollo
- 100 g de konjac
- 80 g de zanahoria
- 80 g de raíz de loto
- 15 g de setas shiitake (deshidratadas)
- 10 vainas de guisantes de nieve
- Pimienta japonesa molida al gusto
- 400 g de caldo dashi
- 50 g sake dulce de cocina mirin
- 50 g salsa de soja oscura Koikuchi
- Azúcar al gusto

## Elaboración

- Cortamos la carne de pollo en trozos de aproximadamente 20 g.

- Hacemos cortes por ambas caras del konjac, y tras introducirlo en agua caliente, cortamos en trozos de aproximadamente 10 g.

- Cortamos la raíz de bardana en dados. Pelamos la piel de la zanahoria y de la raíz de loto y, tras esto, las cortamos en dados de aproximadamente 10 g.

- Ponemos en remojo las setas shiitake deshidratadas, y cortamos en trozos fáciles de comer.

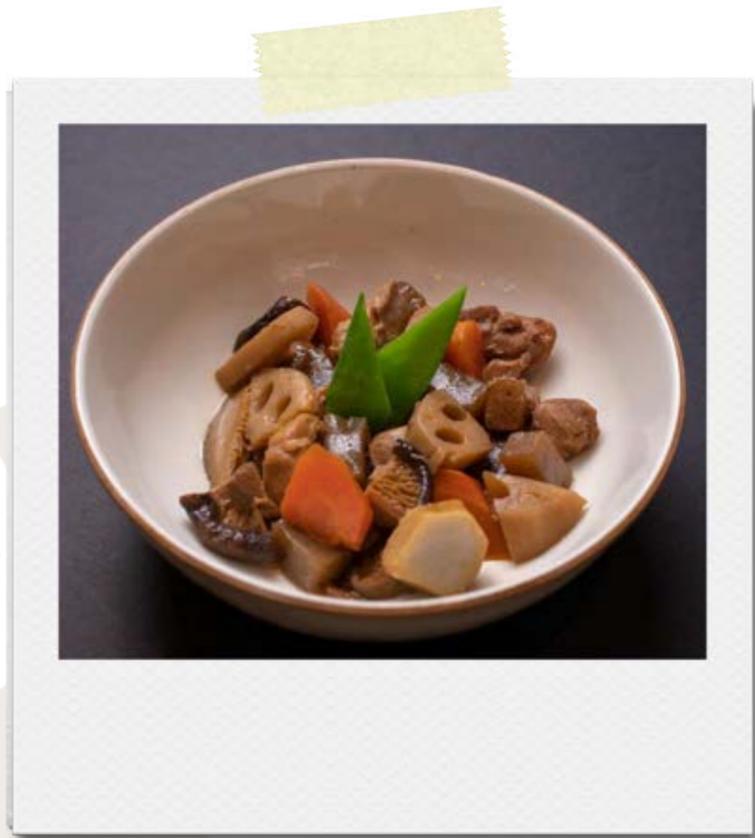
- Quitamos a las vainas de los guisantes de nieve su tallo e hilo de unión. Como preparativo, dejamos calentando la raíz de loto y la raíz de bardana aproximadamente entre 2 y 3 minutos en el microondas.

- Echamos un poco de aceite en la cazuela nabe, y doramos el exterior de la carne de pollo.

- Añadimos konjac, la raíz de bardana, la raíz de loto y la zanahoria, y salteamos. Una vez todos los ingredientes estén impregnados con el aceite, vertimos el caldo dashi y echamos los condimentos.

- Coloca la tapa otoshibuta directamente sobre los ingredientes y cuando casi no quede caldo, introducimos las vainas de los guisantes de nieve. Una vez estén cocinadas, procedemos al emplatado.

- Aderezamos el plato con pimienta japonesa molida.



# Tartaleta de crema catalana

**Carme Serrano**



*"Como buena catalana no podía faltar en mis recuerdos de infancia este postre tradicional tan rico. Echo de menos las encantadoras "granjas", esos establecimientos en los que servían desayunos y meriendas que quitaban el hipo. Ensaimadas, chocolate a la taza, nata, melindros, bikinis, postres de cuchara como: la crema catalana, el arroz con leche, el flan, mató y miel... entre otros productos artesanales.*

*En mi pueblo, cerca del colegio, recuerdo la mítica "Granja d'en Jaume", a la que mi madre nos llevaba en alguna que otra ocasión. Recuerdos que son también aromas, texturas, colores y emociones. Os traigo la receta tradicional de crema catalana pero dentro de una crujiente tartaleta, y añadiendo el contraste ácido y fresco de la frambuesa. Una combinación que a mi particularmente me encanta y me apetece compartir. ¡Espero que os guste!"*

## Ingredientes

### Para 6-8 tartaletas

#### Para las tartaletas:

- 120 g mantequilla a dados fría
- 90 g azúcar glas
- 2 g sal
- 30 g almendra en polvo

- 1 huevo

- 235 g harina tamizada

#### Para la crema catalana:

- 500 ml leche entera

- 1 rama de canela

- 1 trozo piel naranja y limón

- 90 g azúcar blanco

- 4 yemas

- 20 g almidón de maíz

- Frambuesas

- Ralladura de cítricos

## Elaboración

- Para las tartaletas sableamos todo los ingredientes menos el huevo, que lo añadimos al final. Mezclamos un poco más y acabamos a mano sobre la mesa.

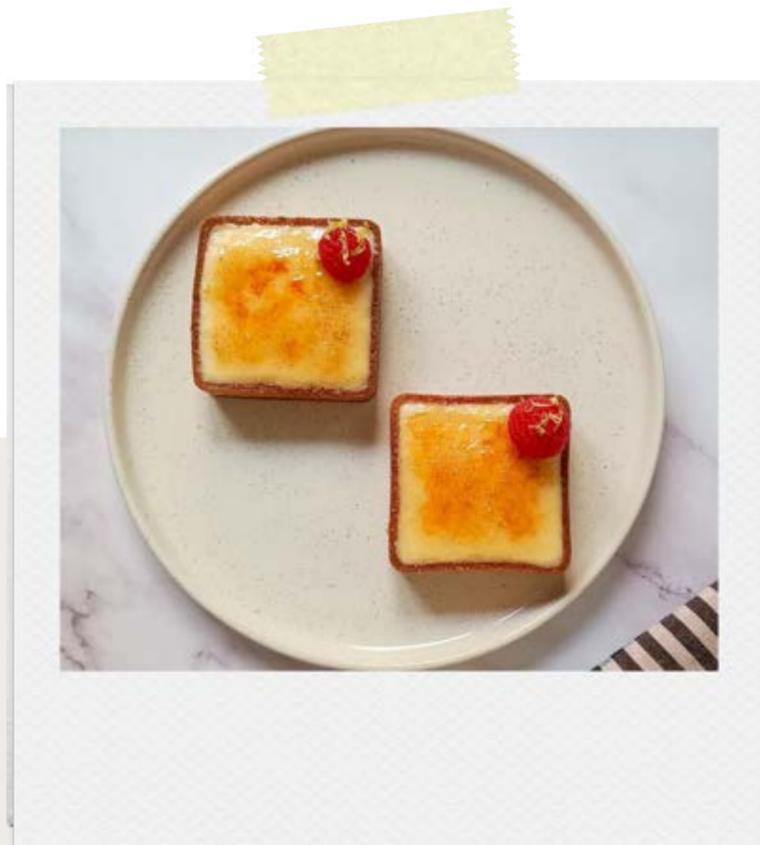
- Cuando quede una masa homogénea la estiramos a 2,5 mm, y la dejamos reposar en nevera 1

0 minutos. Forzamos las tartaletas en los aros o moldes que más nos gusten, y las pinchamos con un tenedor. Horneamos a 160°C durante 25 minutos, hasta que estén doradas. Una vez terminadas podemos impermeabilizarlas con huevo batido o manteca de cacao para que aguanten crujientes durante más tiempo. Si las montamos en el momento que se van a comer este último paso no es necesario.

- Para elaborar la crema catalana hervimos la leche con la canela y las pieles de los cítricos. Tapamos y dejamos infusionar al menos 15 minutos.

- En un bol mezclamos las yemas con el azúcar. Luego añadimos el almidón. Colamos la leche y la añadimos a esta mezcla. Mezclamos de nuevo. Lo llevamos a fuego y removemos sin parar con la varilla. Cuando empiece a hervir retiramos del fuego. Una vez frío lo repartimos en las tartaletas.

- Antes de servir cubrimos de azúcar y lo quemamos con el soplete. Decoramos con frambuesas frescas y ralladura de cítrico al gusto. Ahora queda disfrutar.



## Tiramisù al pistacho verde

### Daniele Lo Cascio



*"El tiramisù es quizás el postre más icónico, junto al panettone, de la gastronomía italiana. Pero este postre casero está dejando de ser un clásico para abrazar nuevos matices de gusto. Por eso, os propongo una versión totalmente nueva: el tiramisù al pistacho verde. Un sabor totalmente nuevo, muy fresco al paladar y muy versátil a la hora de compartirlo en nuestras mesas navideñas, ya que es apto también para los niños si lo mojas, en lugar del café, con del zumo de naranja."*

## Ingredientes

### Para 4 personas

- 500 g de queso mascarpone
- 4 huevos
- 200 g de crema dulce de pistachos
- 80 g de azúcar
- 300 g de galletas tipo savoiardo
- 1 taza de café corto o de zumo de naranja
- Cacao amargo en polvo para decorar
- Pistacho verde en polvo para decorar

## Elaboración

- Separamos las claras de huevo de las yemas. Batimos las yemas de huevo con la batidora eléctrica agregando el azúcar hasta que la mezcla esté suave y esponjosa.



- Luego seguimos mezclando el mascarpone con la batidora y la crema de pistacho, poco a poco, hasta obtener una crema espesa y compacta; guardamos en la nevera. Limpiamos muy bien la batidora y montamos las claras con una pizca de sal. Estarán bien montadas si, poniendo el cuenco al revés, no se despegan.

- Empezamos a agregar las claras de huevo montadas a la crema, moviendo poco a poco con la espátula muy suavemente de abajo hacia arriba. Una vez listo, extendemos una capa ligera que cubra todo el fondo de la fuente. Pasamos muy rápidamente los savoiardi por ambos lados en el café frío o el zumo de naranja, según el gusto, sin dejar empapar demasiado las galletas y los distribuimos en el fondo de la fuente.

- Al final de la primera capa, vertemos otra capa de crema y completamos una segunda capa de galletas de la misma manera.

- Terminamos nivelando la superficie espolvoreándola con pistacho verde picado o con el cacao amargo en polvo, dejando luego reposar en la nevera durante un par de horas antes de consumirlo.

## Carlota de limón

### Raúl Lirio



*"En mi familia, durante las fiestas navideñas, hemos optado tras las copiosas comidas, por endulzarnos y "refrescarnos" a la vez. Así que, incluso en los postres ha habido una evolución en casa, que ha ido pareja al crecimiento de mis hijas. Cuando estas eran pequeñas los adultos tomábamos el clásico sorbete de limón con un toque de cava. Seguimos con la tarta de limón de la abuela, que en los días de verano se transforma en una tarta helada que encanta a los pequeños de la casa, y estás Navidades terminaremos nuestras cenas de celebración con una Carlota de Limón que le encanta a mis hijas, sobre todo a la mayor que la llama Charlotte. Aquí tienes la receta en su versión más sencilla: disfrútala y ¡¡Feliz Navidad!!"*

## Ingredientes

### Para 4 personas

- 6 limones
- 550 g de leche condensada
- 500 g de leche evaporada
- C/n (cantidad necesaria) de galletas maría o tostadas cuadradas

## Elaboración

- Exprimimos los limones, reservamos.

- En un procesador, Thermomix o con varillas manualmente, mezclamos la leche condensada, la leche evaporada y el zumo de los limones colados. Removemos muy bien hasta que quede una mezcla homogénea.



- En un molde cuadrado vamos poniendo capas, cubrimos con galletas y echamos el batido hasta que las cubra, seguimos hasta hacer 3 capas de galletas y terminando con el batido. Refrigeramos.

- Decoramos con galleta triturada por los lados y ponemos una rodaja de limón en el centro cortada finita y haciendo una filigrana.

ALAMBBIQUE

Con nuestros mejores deseos,  
¡feliz Navidad!



**Plaza de la Encarnación, 2**

Encontraras más información en [www.alambique.com](http://www.alambique.com), también estamos a tu disposición en [escuela@alambique.com](mailto:escuela@alambique.com) y en el 915597858 ó 915474220