

CEVICHE DE DORADA (PERU)

INGREDIENTES PARA 2 PERSONAS

- ✓ 400 gr de dorada fresca sin piel
- ✓ 1 aguacate maduro
- ✓ 1 lima
- ✓ 1 cebolla morada

PARA EL ALIÑO:

- ✓ 2 limas
- ✓ 1 cucharada de ají picante
- ✓ 2 ramitas de cilantro
- ✓ Sal y pimienta.

ELABORACION:

Congelar la dorada al menos 48-72 horas para evitar el contagio por anisakis. Sacar del congelador y dejar descongelar en la nevera unas 12 horas antes de comenzar a elaborar la receta.

Introducir en la nevera el recipiente en el que se va a emplatar el ceviche, para asegurarnos que lo servimos bien frio.

Por un lado cortar la dorada en daditos de unos 2 centímetros, la cebolla morada en juliana muy fina y el aguacate en la misma medida que la dorada. Rociaremos con zumo de lima para que no se oxiden y reservar en frigorífico.

Cortar las puntas de ají y desecharlas, partirlo a lo largo por la mitad, quitar las semillas con ayuda de un cuchillo y desecharlas. Ahora sí cortaremos el ají en rodajitas.

En un recipiente disponer los ingredientes del aliño: el ají, el zumo de las limas, sal, pimienta y el cilantro picadito. Mezclar e incorporar a la dorada que hemos preparado anteriormente. Dejar macerar 3-4 minutos y servir.

CUSCÚS DE CORDERO (MARRUECOS)

INGREDIENTES 4 PERSONAS:

- ✓ 1 paletilla de cordero o T.A de Aragón deshuesada
- ✓ 300 gr de sémola de cuscús precocinada
- ✓ 1 nabo
- ✓ 1 berenjena
- ✓ 2 zanahorias
- ✓ 1/2 calabacín
- ✓ 1/2 cebolla
- ✓ 1 diente de ajo
- ✓ 1 ramita de menta fresca
- ✓ Cúrcuma
- ✓ Comino
- ✓ Sal
- ✓ 400 ml de agua

ELABORACIÓN:

Cortar la paletilla en trozos pequeños y dorarlos en una olla con un chorrito de aceite de oliva, retirar y reservar.

Lavar, pelar y picar las verduras (nabo, berenjena, zanahorias, calabacín, cebolla y ajo) en la misma olla que hemos dorado el ternasco, sofreír las verduras unos 5 minutos, añadir una cucharada de cúrcuma y otra de comino (al gusto), rehogar 2 minutos y añadir el cordero y seguidamente el agua.

Una vez llegue a ebullición, añadir la sémola y apagar el fuego. Con ayuda de una cuchara no dejaremos de remover para que no se apelmace. Por último picar la menta y espolvorear por encima a la hora de servir.

CURRY ROJO DE POLLO (INDIA)

INGREDIENTES 4 PERSONAS:

- ✓ 1 cebolla
- ✓ 2 dientes de ajo
- ✓ 2 cucharadas de pasta de curry rojo
- ✓ 1 kg de pollo.
- ✓ 150 ml de leche de coco
- ✓ 1 pimiento rojo
- ✓ 400 gr de arroz basmati

ELABORACION:

En un wok o sartén antiadherente echar un poco de aceite de oliva y la pasta de curry rojo removiendo durante un par de minutos. Después añadiremos el pollo cortado en pequeños cubos.

Dejar cocinar 5 minutos y añadir la leche de coco que también dejaremos cocinar 5 minutos hasta que reduzca.

Seguidamente echar el pimiento cortado en tiras. Probar y rectificar de sal si fuera necesario, podemos añadir salsa de soja. Lo serviremos acompañado de arroz blanco hervido.