

Trucha del Limay al vacío con vegetales y hongos Patagónicos

Alumna: Piaggi Damián

Proteína:

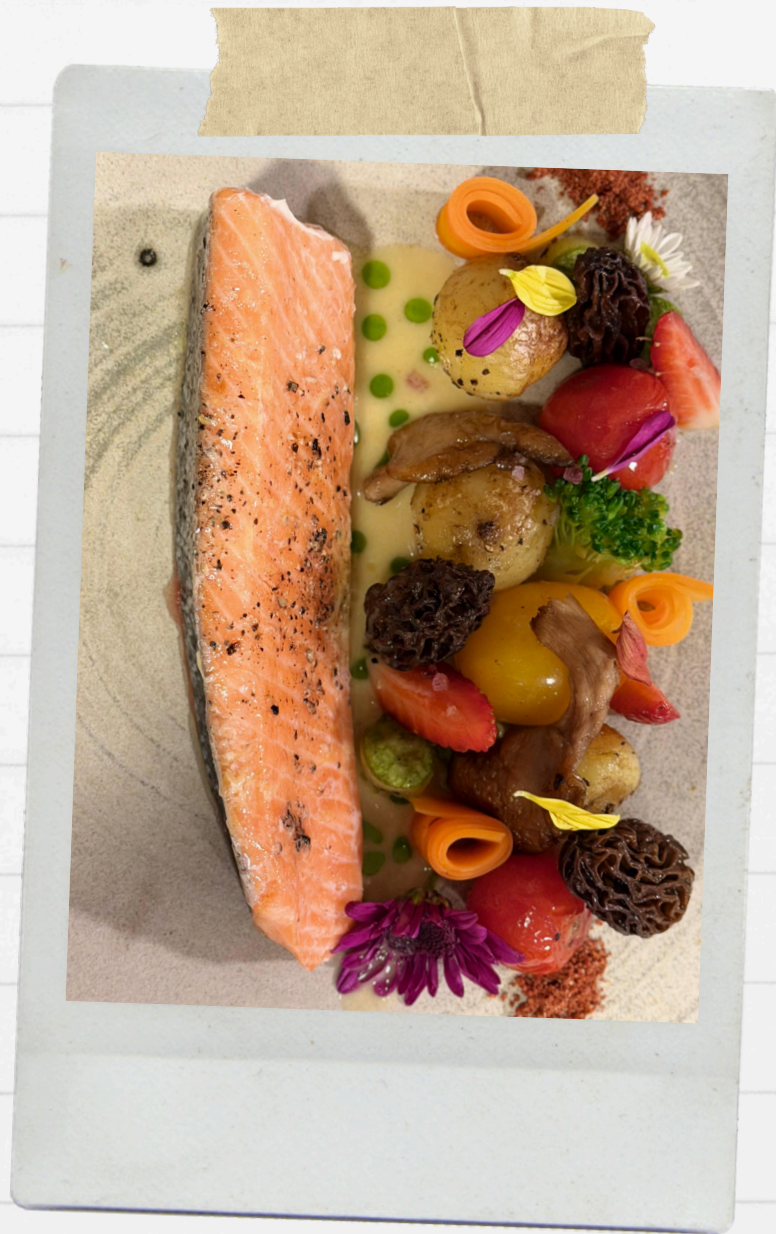
- 200 g de lomo de trucha salmonada
- 7 g de manteca
- Zest de ralladura de limón
- c/n de sal
- 1 ramita de tomillo fresco
- c/n de pimienta negra molida

Guarnición:

- 70 g de tomates cherry (rojos y amarillos)
- 4 unidades de papines pelados y cortados en noisette
- 3 unidades de lonjas de zanahoria
- 5 unidades de noisette de zucchini
- 3 zanahorias baby
- 150 g de hongos gírgolas frescos (o secos ya hidratados)
- 3 unidades de hongos morillas
- 1 unidad de florete de brócoli
- 50 g de frutilla
- 1 g de polvo de hongo de pino
- 30 g de manteca
- c/n de aceite de oliva

Guarnición:

- 10 g de manteca
- 1 diente de ajo aplastado
- 50 g de échalotte en daditos pequeños
- 50 g de puerro en tiritas finas
- 350 ml de sidra
- 150 ml de crema de leche
- c/n de sal
- c/n de pimienta negra y merkén



Aceite de hierbas

- 15 g de ciboulette
- 15 g de perejil
- 125 g de aceite de girasol

Decoración

- 5 g de crocantes de piel de trucha asada
- 1 g de polvo de hongos de pino
- c/n de pétalos de flores comestibles

Procedimiento

Proteína

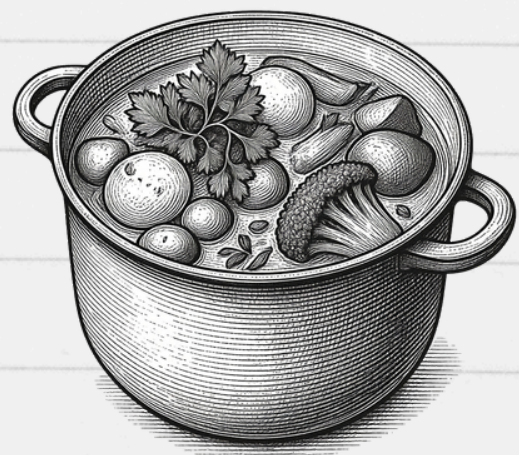
- Colocar en una bolsa ziploc el lomo de trucha de 200 g.
- Colocar allí mismo la manteca.
- Agregar el zest de limón, la pimienta negra, la sal con merkén y 1 ramita de tomillo fresco.
- Colocar una olla con agua al fuego hasta llegar a los 65 °C. También se puede tomar la temperatura colocando la parte interna de la muñeca en el agua por 5 segundos, sin que queme.
- Introducir rápidamente la bolsa ziploc (abierta) en el agua con su preparación y, luego de que se haga el vacío, retirar el excedente de aire y cerrar la bolsa.
- Cocinar durante 8 minutos.

Guarnición

- Colocar en una bandeja los tomates cherry con 1 ramita de romero fresco, el diente de ajo, sal, azúcar y aceite de oliva, y confitar en el horno a 200 °C durante 15 minutos.
- Armar 4 unidades de noisette con los papines y blanquear en agua (colocar en agua hirviendo unos pocos segundos o minutos y retirar).
- Armar 5 noisette (bolitas) de zucchini.
- Blanquear 3 lonjas de zanahoria (cortadas con cuchillo o mandolina) y armar un roll con cada una.
- Blanquear 2 floretes de brócoli y cortar su cocción con agua con hielo (baño María invertido) para mantener su coloración verde.
- Hidratar en té negro las 3 unidades de morillas (puede ser hongos de pino u otra variedad).
- Cortar en láminas uniformes 3 unidades de hongos gírgolas.
- Cortar 3 unidades de frutillas en láminas finas de 2 mm de espesor.

IMPORTANTE

Una vez blanqueados todos los vegetales, colocarlos en una sartén con manteca y aceite. Sellarlos hasta tomar coloración. Condimentar con peperoncino, ajo y sal en escamas, o con los condimentos que se prefieran. Rociar con aceite de oliva.



Reducción de sidra

- Colocar en una sartén u ollita la manteca, el ajo, el échalotte y el puerro, y sudar hasta que pierdan estructura.
- Agregar la sidra y esperar hasta que se evapore el alcohol.
- Incorporar la crema de leche y dejar reducir.
- Agregar un cubito de manteca para aportar brillo. Rectificar sabores.

Reducción de sidra

- Colocar en una sartén u ollita la manteca, el ajo, el échalotte y el puerro, y sudar hasta que pierdan estructura.
- Agregar la sidra y esperar hasta que se evapore el alcohol.
- Incorporar la crema de leche y dejar reducir.
- Agregar un cubito de manteca para aportar brillo. Rectificar sabores.

Aceite de hierbas

- Colocar a baño María 30 g de hierbas frescas verdes con 125 ml de aceite de girasol.
- Esperar a que llegue a una temperatura de 60 °C, retirar del fuego y mixear hasta procesar completamente las hierbas.
- Filtrar/colar (puede ser en filtro de papel o tela) para retirar los sólidos; se obtiene un aceite verde de aspecto limpio y brillante.

Aceite de hierbas

- Chip de piel de pescado: se hace con el sobrante de piel de la trucha.
 - Colocar la piel en una fuente de horno entre papel manteca con algún peso al contacto (opcional, para que no se arquee en la cocción) y llevar a horno a 200 °C por 10 minutos.
 - El polvo de hongos de pino se obtiene procesando en una multiprocesadora los hongos de pino secos hasta que queden hechos polvo.
 - Luego tamizarlos para obtener un polvo más fino, el cual se utilizará para decorar y otorgar sabor al plato.
-

Brownie húmeda de piñones con crema de legumbres y coulis de rosa mosqueta (Sin TACC)

Alumna: Yuffrida Micaela

Brownie

- 180 g de chocolate cobertura semiamargo
- 120 g de ghee (o manteca)
- 250 g de azúcar mascabo
- 3 huevos
- 70 g de harina de piñón
- 30 g de fécula
- 50 g de piñones cocidos
- 50 g de chocolate semiamargo en trocitos
- Extracto de vainilla, c/n
- 2 g de sal

Crema de legumbres

- 350 g de porotos blancos hervidos
- 50 g de mermelada
- 20 g de aceite de coco
- 1 cucharada de polvo de remolacha
- Jugo de limón
- Ralladura de limón o lima
- 2 cucharaditas de endulzante (puede ser azúcar, alulosa, xilitol, stevia, etc.)

Coulis de rosa mosqueta

- 300 g de pulpa de rosa mosqueta (o cualquier fruto rojo)
- 200 g de azúcar
- 200 cc de vino blanco
- 2 g de pimienta rosa o verde



Procedimiento

Brownie

- Derretir el chocolate semiamargo con el ghee o manteca.
- Tamizar la harina de piñón, la fécula y la sal.
- Batir con batidora eléctrica los huevos junto con el azúcar mascabo hasta alcanzar el punto "nube" (espuma firme, densa y brillante que se sostiene formando picos rígidos).
- Incorporar el chocolate derretido a la mezcla.
- Incorporar los secos ya tamizados con movimientos envolventes.
- Incorporar por último los piñones cortados y el chocolate en trocitos.
- Colocar la preparación en una cintura con papel aluminio (sobre una placa) o en un molde para torta ya enmantecado.
- Llevar al horno a 170 °C por 20/25 minutos, hasta que la superficie se vea craquelada y el interior esté aún algo húmedo.

Crema de porotos

- Remojar la noche anterior los porotos blancos. Luego descartar esa agua y cocinar en abundante agua hasta que estén muy tiernos.
- Procesar en Thermomix, procesadora o licuadora los porotos calientes (este detalle es muy importante) junto con la mermelada, el aceite de coco, el jugo de limón y la ralladura. En el caso de querer darle color, se puede agregar polvo de remolacha o de frutillas.

Para esto, cortar unas fetas finas de remolacha y deshidratarlas en horno a baja temperatura. Dejar secar y enfriar, y luego pulverizar en licuadora, procesadora o molinillo de café. Tamizar para reservar el polvo más fino e incorporarlo a la preparación para darle color.

Coulis de rosa mosqueta

- Colocar los ingredientes en una cacerola y reducir a fuego lento.
- Mixear y pasar por un colador para que la salsa quede sedosa.

Arena de piñones

Mezclar la harina de piñones junto con manteca derretida y azúcar mascabo. Llevar al horno por 10 minutos.

Retirar y agregar jengibre rallado fresco o en polvo (a gusto) y polvo de remolacha (si es de preferencia).

Trucha Fogón Andino

A la plancha con crocante frita de hinojo y papa,

chutney de pera y salsa de Chardonnay

Alumna: Eber Perez

Proteína:

- 1 filet de trucha salmonada limpio, sin espinas
- Aceite de oliva
- 1 cubo de manteca fría

Guarnición:

- 2 hinojos
- 2 peras
- 300 ml de vinagre de manzana
- 150 g de azúcar
- 2 echalottes (o cebolla morada)
- Jengibre fresco
- 2 limones
- Tomillo fresco
- Panko (o pan rallado)
- Harina
- Huevo
- 2 papas
- 200 ml de vino Chardonnay
- Sal
- Pimienta negra
- Mix de hojas verdes
- Roux



Procedimiento

Monedas fritas de hinojo y papa

- Cortar el hinojo en cuadraditos pequeños de 2 a 3 mm por lado.
- Sudar en una olla con un poco de aceite o manteca a fuego bajo hasta que esté bien tierno.
- Hervir las papas en agua con sal hasta que estén bien cocidas.
- Hacer un puré de papa sin manteca ni leche.
- Mezclar el hinojo con el puré de papa.
- Agregar sal y pimienta a gusto.
- Colocar la mezcla en una placa con poca altura (puede ser entre dos papeles film y pasar un palote para que todo tenga la misma altura) y llevar a la heladera.
- Una vez que el puré esté frío y firme, retirar el film y cortar en forma de monedas.
- Rebozar las monedas: primero pasar por harina, luego por huevo batido y finalmente por panko o pan rallado.
- Reservar las monedas listas para freír al momento de servir.

Chutney de pera y echalotte

- Cortar las peras en trozos irregulares.
- Picar el echalotte muy pequeño.
- Colocar los ingredientes en una olla, agregar el vinagre de manzana y el azúcar.
- Cocinar a fuego medio-bajo durante aproximadamente 60 minutos.
- Debe quedar una textura tipo mermelada, con algunos trocitos visibles.
- Rectificar, en caso de ser necesario, la acidez y el dulzor.

Trucha a la plancha

- Calentar una sartén (teflonada o similar) con aceite de oliva.
- Colocar la trucha del lado de la carne.
- Sellar a fuego medio-alto.
- Darla vuelta y agregar manteca fría con una ramita de tomillo fresco (o seco).
- Bañar la trucha constantemente con la manteca.
- Cocinar a fuego fuerte hasta el punto deseado. Retirar y reservar caliente.

Salsa de chardonnay

- En la misma sartén donde cocinamos el pescado, aprovechar el fondo de cocción desglasando con el vino Chardonnay.
- Dejar evaporar el alcohol e incorporar el roux de a poco hasta lograr la consistencia deseada.
- Rectificar sal y pimienta.

Cómo hacer el roux: mezclar iguales cantidades de harina y manteca, y cocinar a fuego bajo. Sirve para espesar salsas, como la bechamel.

Fritura

- Freír las monedas en aceite caliente (170–180 °C).
- Retirar cuando estén doradas y crocantes, y escurrir en papel absorbente.

Emplatado

- Colocar la trucha en el plato como elemento principal.
- Disponer las monedas fritas en línea o en volumen.
- Agregar una cucharada del chutney.
- Salsear con la reducción de Chardonnay en forma de salpicado o pincelada.
- Acompañar con un bouquet de verdes frescos, hierbas o germinados y pétalos de flores.

