

19/03/10 - Zanahorias baby en tempura Cigalas al estilo Quique Dacosta y pastel de VIEJA de Arzak



Desde hace dos o tres días **Prieto** tiene unas VIEJAS con una pinta estupenda a buen precio

(9EUR kilo).Ayer fui a desayunar a Chamartín a las 7h20 y mientras, vi como descargaban el camión que va todos los días a Mercamadrid y sacaban 6 magníficos ejemplares, concretamente 3 parejas -se reconocen porque las hembras son rojas y los machos negros-. Aquí la foto de mi querido **JOSE, apodado también El Rubio.Extremeño y muy muy buena gente.**

Cazador avezado y muy generoso que me colma de perdices, conejos, liebres, zorzales y demás y eso que desde que hago incursiones a Mercamadrid compro muy poco a Prieto y hace muchos meses que no voy a **Pescaderías Coruñas** y eso que me tratan más que de lujo en ese icono del pescado en Madrid. El caso es que **dentro de unas horas voy a preparar con esa vieja un plato legendario que ideó Arzak en 1971 y que probablemente quede asociado a él para siempre. En el libro Recetas de Leyenda se incluye el famoso PASTEL DE KABRAROKA.**



Con respecto a las cigalas, **DULE**, un aficionado a la buena mesa y habitual del blog me ha pasado una forma de preparación que le dió **Quique Dacosta** y que según el está espectacular. Debe ser entendido porque me ha pasado esta foto de cigala que si te la encuentras bañandote en el agua te da un patatús... Vaya bicho !!! Ojo que la botella es de litro y medio !!Así que he vuelto a ir ayer de madrugada a por estas princesas y a las 6h30, antes de irme al trabajo, las 10 princesas estaban a buen recaudo en la nevera.

Esta forma de preparación es parecida a la que tiene **Manolo de la Osa de Las Rejas con la gamba roja....**

Empezamos por las zanahorias Baby, quedan muy chulas y dan lugar a un plato que no deja indiferente. Las voy a poner con dos salsas: la primera es 1 parte de soja fermentada, un cuarto de nuoc môm y algunas gotas de salsa de ostra. Una salsa fuerte. La segunda salsa es pulpa de tomate, es decir un tomate rallado, con almibar de gengibre y gotas de tabasco o pimientos de espelete. Estas dos salsas van de coña con Barbacoas o pescados hervidos... pero no nos desviemos.

He usado una harina de COMINPORT especial de tempura, realmente buena. Las zanahorias baby se pelan, se mojan en la tempura y se procura hacer un velo muy fino. Se frien un minuto en aceite a 170º-180º y se meten en el horno a 200º 2 minutos. Ya esta. Realmente buena receta. Este es el video:

*El pastel de Kabraroka, cabracho o Rascacio es muy sencillo. Arzak cuenta que un día despues de salir del mercado de la Brecha fue a tomar una banderilla en el casco antiguo al **ASTELENA**, en el que tenía mucho exito un pudin de merluza que hacía y que servian como pintxo sobre una rebanada de pan. Al reflexionar pensó en cambiar a otro pescado, más bravío y de gusto más pronunciado, decidió añadir nata para darle untuosidad y salsa de tomate para darle un color interesante y ya está.*

De la etapa inicial de la nueva cocina vasca, este plato es, junto con la lubina a la pimienta verde de Subijana, las crepes de txangurro de Luis Irizar y los piquillos rellenos de txangurro de Roteta, quizás no el mejor que hizo, pero el que le dió más fama y el que ha sido más plagiado en España.

Se saca mantequilla de la nevera.

Esto es muy sencillo: se hace un caldo corto, es decir un chorro de aceite, una cebolla, una zanahoria cortada en trozos, una rama de perejil y se lleva a ebullición y se baja el fuego para dejarlo infusionar 10 minutos. Al cabo de 10 minutos de añade el cabracho entero o fileteado. Cuando el caldo vuelve a hervir se apaga el fuego y se deja infusionando. Si se ha puesto en filetes se deja 5 minutos, si se ha puesto entero, debe pesar entonces más o menos un kilo eviscerado (de ese kilo quedaran unos 550 gr de pescado limpio) se deja 25 minutos infusionando desde que ha vuelto a hervir. Cuando se apaga el fuego para dejarlo infusionar se enciende el horno y se pone a 190º con una bandeja con agua.

Luego se separa muy bien a carne con los dedos, se quitan las espinas y se trocea. En un bol se echan 8 huevos, se salan, se baten bien, se añade entonces 150 gr de nata y otros 250 de tomate frito y se mezcla con el pescado picado muy fino. Hay incluso quien lo tritura con la minipimer.

Se pone mantequilla en el molde, se rellena y se pone en el horno precalentado a 190º, 55 minutos..

Segui otra receta y la verdad es que el pastel estaba bueno pero el color no era suficientemente bonito y en la otra receta llevaba 5 huevos en vez de 8 y un poco menos de nata así que voy a repetir otro día la receta y hago el video. De moento solo pongo la zanahoria en tempura.