rectángulos de dorada con puré de pimientos, gelatina de tomillo y patatas confitadas.

María Auxiliadora Navarro Lobo
Escuela de Hostelería de Jerez (Jerez)

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para las patatas:
- 8 patatas medianas.
- 500 ml. de aceite de oliva.

Para la gelatina de tomillo:
- 200 gr. de agua.
- 10 gr. de **agar-agar**.
- 20 gr. de tomillo.

Para la salsa de pimientos:
- 250 gr. de pimiento rojo.
- 250 gr. de pimiento verde.
- Sal.

Salsa de verduras:
- 200 gr. de cebolla.
- 200 gr. de pimiento rojo.
- 200 gr. de pimiento verde.
- 200 gr. de tomate.
- Espinas de dorada.
- 50 ml. de vino blanco.
- Sal.
- 50 ml. de aceite de oliva.

Para decorar:
- 100 ml. de aceite de oliva.
- 20 gr. de hojas de tomillo.
- 200 gr. de juliana de puerro.
- Aceite para freír.

* Ingredientes para 4 raciones.

elaboración

salsa de verduras
En una cacerola verter el aceite, rehogar la cebolla y los pimientos cortados en daditos, luego incorporar el tomate y las espinas que previamente habremos pasado por una sartén con un poco de aceite para dorarlas. Añadir el agua y dejar cocer, luego retirar las espinas y triturar, nos debe quedar espesa, si no fuera así dejar reducir un poco más.

salsa de pimientos
Asar los pimientos en el horno a una temperatura de 200 ºC. A mitad de cocción darle la vuelta. Cuando estén listos introducirlos en un recipiente hermético para que suden. Pelar y triturar por separado para obtener una crema roja y otra verde. Por último, sazonar.

gelatina de tomillo
Poner en un recipiente el agua a hervir, añadir el **agar-agar** y mezclar muy bien. Incorporar el tomillo y colocar en una placa, para que nos quede cuando cuaje una gelatina de unos 3 milímetros de alto.

patata
Pelar las patatas y cortarlas en rectángulos de unos dos centímetros de alto. Echarlas en un recipiente cubiertas de aceite de oliva y cocinar a 70 ºC hasta que estén tiernas.

dorada
Cortar los lomos a lo largo, luego recortar para que queden en rectángulos, sazonar y hacer en la plancha con un poco de aceite de oliva.

para decorar
Mezclar el aceite con las hojas de tomillo. Freír en aceite caliente la **juliana** de puerro hasta que quede crujiente. Escurrir muy bien.

presentación

Desmoldar la gelatina y cortar dos rectángulos del mismo tamaño que la dorada. Colocar la gelatina sobre dos de las porciones de dorada.
Situar a la izquierda del plato, los dos rectángulos de patatas en sentido longitudinal. Disponer encima de cada patata un trozo de dorada con la gelatina, entre estos dos, añadir dos rectángulos de pescado con el crujiente de puerro en la parte superior, mientras que debajo del pescado irá acompañado de la salsa de verduras.
Para finalizar, decorar el plato con el aceite de tomillo y las salsas de pimientos rojos y verdes.

lomitos de dorada asada con salsa de brotes de soja.

Samuel Florido Vera
I.E.S. “Sierra Blanca” (Marbella)

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para la guarnición:
- 300 gr. de zanahoria.
- 300 gr. de calabacín.
- 25 gr. de mantequilla.
- Sal y pimienta.

Para los espárragos:
- 8 unidades de espárragos verdes.
- 4 lonchitas de jamón serrano.

Para la salsa:
- 125 gr. de cebolla.
- 100 gr. de puerro.
- 3 cucharadas de salsa de soja.
- 100 gr. de brotes de soja.
- 50 ml. de aceite de oliva.
- 100 ml. de nata.

Para la salsa de pimientos de decoración:
- 250 gr. de pimiento rojo.

* Ingredientes para 4 raciones.

elaboración

salsa
Poner en una cacerola baja el aceite, fondear la cebolla y el puerro que habremos picado finamente. Cuando esté rehogado añadir los brotes de soja y esperar unos minutos hasta que esté rehogado, seguidamente incorporar la nata y la salsa de soja.
Dejar reducir hasta que la salsa se ligue, cuidando que no se pase, pues se cortaría.

espárragos
Cortar el tallo del espárrago por la parte dura. A continuación, dar un hervor en una cacerola con agua y sal. Retirar del agua, refrescarlos y escurrirlos bien.
Recortar los espárragos y ponerlos en grupos de dos, para envolverlos con las lonchas de jamón y unas gotitas de aceite.
Meter al horno a 150 ºC hasta que el jamón esté seco.

guarnición
Tornear las zanahorias. Sacar bolas de calabacín con una cucharilla parisien y **blanquear** por separado.
Saltear con mantequilla, sal y pimienta.

para la salsa de pimientos
Poner los pimientos a asar en el horno a 200 ºC, cuando estén a mitad de cocción darle la vuelta. Una vez listos echar en un recipiente hermético para que suden. Pelar, limpiar, triturar y sazonar.

dorada
Cocinar los lomos de dorada sazonados en la plancha, para que tomen color. Luego, terminarlos en el horno a 180 ºC por espacio de tres minutos.

presentación

Para la decoración de esta receta, disponer en un plato un fondo de salsa de soja, encima los lomos de dorada y unos brotes de soja. En el lateral un paquetito de jamón y espárragos y un poco de salsa de pimiento rojo. Terminar el plato con una flor formada por las zanahorias y los calabacines.

dorada de crianza del sur a la almonteña con espinacas y salsa de azafrán.

José Antonio Domínguez Ramos
I.E.S. "Doñana" (Almonte)

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para la espinacas:
- 400 gr. de espinacas.
- 50 gr. de piñones.
- 3 dientes de ajo.
- 50 ml. de aceite de oliva.
- Sal, pimienta y nuez moscada.

Tartar de langostinos:
- 28 langostinos.
- 1 cucharadita de cebollino picado.
- 1/2 cucharadita de curry.
- Sal.

Para la salsa:
- 100 ml. de vino blanco.
- 350 ml. de fumet.
- Unas hebras de azafrán.
- 15 gr. de maicena.
- 100 ml. de nata.
- Sal.

Para decorar:
- 12 tomatitos cherry.
- 4 langostinos.

* Ingredientes para 4 raciones.

elaboración

tartar de langostinos
Limpiar bien los langostinos, trocear finamente y mezclar con los cebollinos, el curry y la sal. Reservar en frío para utilizar con las doradas.

dorada
Los lomos de dorada se untan con el tartar de langostinos y un poco de aceite de oliva.
Cocinar en el horno durante 7 minutos a 180 ºC.

salsa de azafrán
Preparar una salsa haciendo una reducción con el vino blanco hasta la mitad de su volumen, añadir el **fumet de pescado**, la nata, las hebras de azafrán ligeramente tostadas y majadas.
Sazonar y ligar con la maicena disuelta en un poco de fumet frío.
Hervir unos minutos y apartar.

espinacas
Limpiar las espinacas con abundante agua fría, cortar los tallos y dar un hervor en abundante agua con sal. Escurrir muy bien.
Dorar los ajos en una sartén con los piñones, agregar las espinacas, rehogar y antes de apartar del fuego echar un poco de pimienta blanca y nuez moscada.
Elaborar unas bolitas prensándolas muy bien con la ayuda de un paño limpio.

decoración
Los tomatitos cherry se marcan en la plancha con unas gotas de aceite. Seguidamente hornear a una temperatura de 180 ºC durante unos minutos. Lo ideal sería aprovechar y meterlos junto con la dorada.
Pelar los langostinos dejándoles sólo la cola, sazonar y con unas gotas de aceite añadirlos también en el horno a la vez de los tomatitos.

presentación

Rodear el plato con un cordón de salsa de azafrán, disponer los filetes de dorada en el centro, en el lado izquierdo las bolitas de espinacas intercaladas con los tomates cherry y para terminar, un langostino junto a los lomos de dorada.

volcán de tartar sobre carpaccio y ravioli de dorada con mousse de queso a las hierbas aromáticas.

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para el tartar:
- 4 filetes de anchoas.
- 75 gr. de pimiento rojo.
- 75 gr. de pimiento verde.
- 75 gr. de cebolla.
- 75 gr. de zanahoria.
- 1/2 cucharadita de alcaparras.
- 100 gr. de gambas peladas.
- Zumo de 1/2 limón.
- 2 cucharadas de aceite de oliva.
- 1 cucharada de vinagre de Jerez.
- Sal y pimienta.

Para el cremoso de queso:
- 150 gr. de queso crema.
- 150 gr. de nata líquida.
- 1/2 cucharadita de eneldo picado.
- Sal y pimienta.

Para los raviolis de calabaza:
- 250 gr. de calabaza en un trozo.

Para la emulsión:
- 100 ml. de aceite de oliva virgen.
- Zumo de 1/2 limón.
- 30 gr. de sucedáneo de caviar.
- Sal.

* Ingredientes para 4 raciones.

Mª Luisa Calderón Moreno
I.E.S. "La Atalaya" (Conil de la Frontera)
ganadora

elaboración

crujiente de piel de dorada
Quitar la piel a las doradas con cuidado para que salgan enteras. Ponerlas entre dos papeles de hornear con una placa encima y meter en el horno a 100 ºC hasta que se sequen y queden crujientes. Cuando aún estén muy calientes curvarlas un poco, así adoptarán esta forma.

carpaccio
Coger dos de los lomos de dorada, hacer un rulo con él, y envolverlo en papel film. Pasar luego a congelarlo para poder cortarlo muy fino.

tartar
Picar los seis lomos de dorada restantes, picar también muy finamente todos los demás ingredientes, aliñar con el limón, el vinagre, el aceite, la sal y la pimienta, mezclar muy bien.

calabaza
Cortar con ayuda de un cortafiambre unas láminas de calabaza. Éstas introducirlas durante unos instantes en agua hirviendo para que sean más flexibles.
Recortar con un cuchillo en forma de tiras. Hacer con cada dos de ellas una cruz, las cuales, irán rellenas de un poco de tartar y cerradas como un ravioli.

emulsión
Mezclar bien todos los ingredientes con la ayuda de una varilla.

cremoso de queso
Mezclar el queso crema y la nata hasta obtener una crema consistente y homogénea. Añadir el eneldo, mezclar y reservar.

presentación

Cortar el lomo de dorada que tenemos congelado muy fino y colocarlo en el plato hasta cubrir el fondo. **Aderezar** con el zumo de medio limón, sal, pimienta y un poco de aceite de oliva virgen. Colocar encima un cilindro de tartar y sobre este, una quenefa de cremoso de queso, con ayuda de dos cucharas y un poco de eneldo. Hacer un cordón de emulsión de caviar y decorar con el ravioli de calabaza.
Terminar colocando el crujiente de piel de dorada.

rulitos de dorada en crema de espinacas sobre flor de patatas.

Juan José Ramón Cabrera
I.E.S. “Fray Bartolomé de las Casas” (Morón)

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para la dorada:
- 1 diente de ajo.
- 5 gr. de albahaca fresca.
- 25 ml. de aceite de oliva virgen.
- 25 ml. de vino blanco.
- Zumo de 1 limón.
- Sal y pimienta.

Para la crema de espinacas:
- 300 gr. de patatas.
- 100 gr. de puerros.
- 50 gr. de espinacas.
- 100 ml. de nata.

Para las patatas:
- 300 gr. de patatas.
- 1 litro de fumet.
- Aceite de freír.

Para la mermelada de tomate:
- 500 gr. de tomate.
- 250 gr. de azúcar.

* Ingredientes para 4 raciones.

presentación

Poner en la base del plato la crema de espinacas, sobre ésta la corona de dorada y alrededor de ella las patatas en rodajas formando una flor. Finalizar con unos cordones de mermelada de tomate.

elaboración

dorada

Enrollar la dorada en forma de corona, seguidamente, rociar con el zumo del limón, salpimentar y poner en una fuente de horno con un poco de aceite de oliva.
Machacar en el mortero el diente de ajo, añadir la albahaca y un chorro de aceite. Agregar esta mezcla a las coronas de dorada y un poco de vino blanco seco.
Meter en el horno a 180 ºC durante unos 5 minutos.

crema de espinacas

Cocer las espinacas en 250 ml. de agua con un poco de sal.
Verter en otro recipiente un poco de aceite de oliva, añadir las patatas cortadas en mirepoix, los puerros cortados en **juliana** y dejar rehogar. A continuación, se le añaden las espinacas con el caldo de cocción y dejar cocer hasta que la patata esté tierna. Luego, añadir la nata y salpimentar. Por último, triturar y colar.

flor de patatas

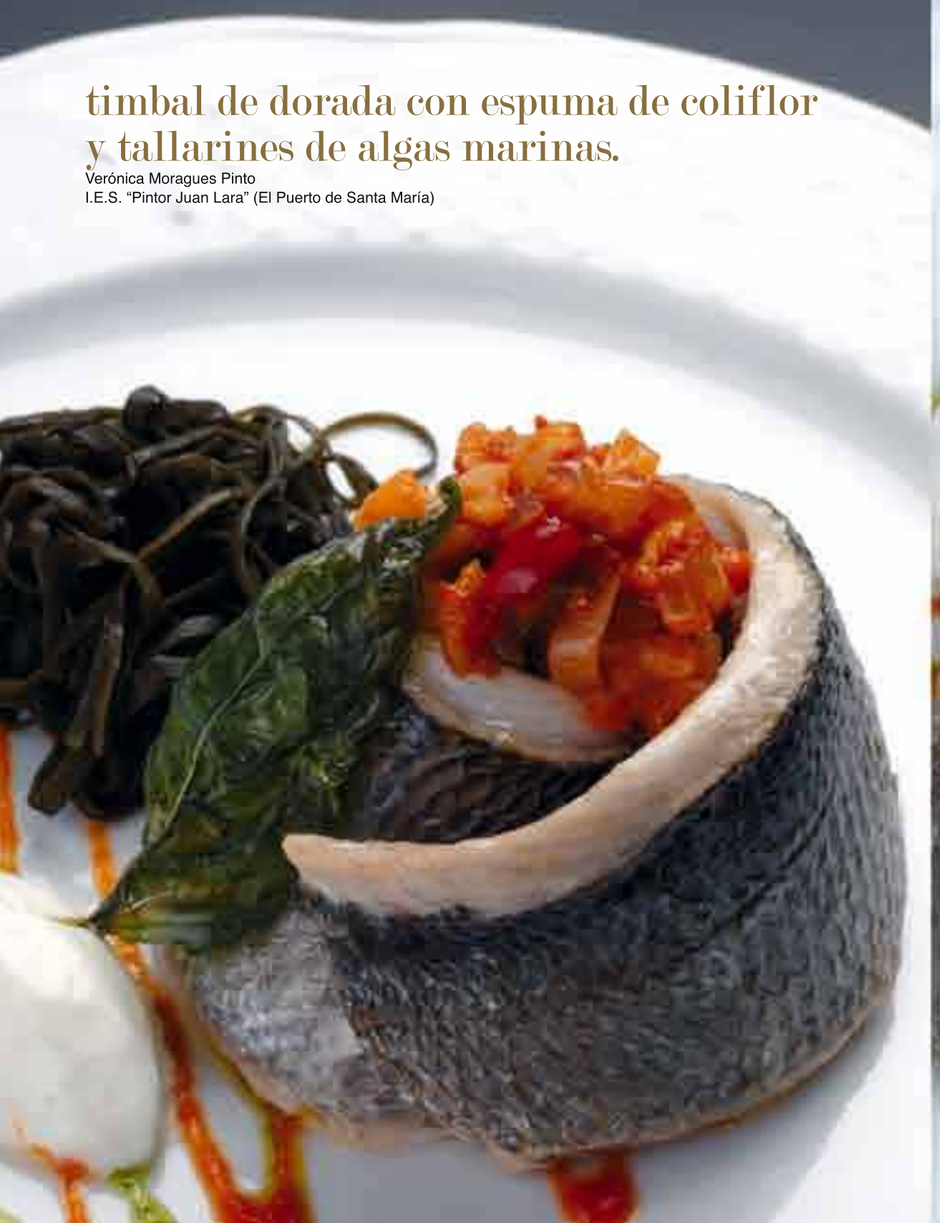
Cortar las patatas en rodajas y éstas por la mitad haciendo un semicírculo. Dejarlas cocer en el fumet. Sacar antes de que estén tiernas y escurrir muy bien.
A la hora de servir, freír en aceite de oliva hasta que se doren.

mermelada de tomate

Echar los tomates troceados en la thermomix con el azúcar, programar a una temperatura de 100 ºC, durante 35 minutos y a una velocidad 4. Cuando termine el programa colar la mermelada y dejar enfriar.

timbal de dorada con espuma de coliflor y tallarines de algas marinas.

Verónica Moragues Pinto
I.E.S. “Pintor Juan Lara” (El Puerto de Santa María)



presentación

Adornar el plato con un cordón en forma de zigzag de salsa de tomate y otro de aceite verde. Centrar el timbal de dorada, rellenar con el pisto y añadir un poco de espuma de puré de coliflor. Decorar con el crujiente de albahaca y los tallarines de mar.

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para el pisto:
- 250 gr. de tomates pelados.
- 125 gr. de cebolla en daditos.
- 150 gr. de calabacín en daditos.
- 125 gr. de pimiento verde en daditos.
- 125 gr. de pimiento rojo en daditos.
- 1 diente de ajo.
- 50 ml. de aceite de oliva.
- Sal y pimienta.

Para la espuma de coliflor:
- 350 gr. de coliflor.
- 2 hojas de gelatina.
- Sal y pimienta.

Salsa de tomate:
- 1 kg. de tomates maduros.
- 125 gr. de cebolla.
- 3 dientes de ajo.
- 50 gr. de azúcar.
- 100 ml. de aceite de oliva.
- Sal.

Para el aceite de perejil:
- 100 ml. de aceite de oliva virgen.
- 3 cucharadas de perejil picado.

Para decorar:
- 4 hojas de albahaca.
- Aceite para freír.

Para la guarnición:
- 200 gr. de tallarines de mar.

* Ingredientes para 4 raciones.

elaboración

pisto
En una sartén con aceite de oliva dorar el ajo, cuando tenga color añadir la cebolla y el pimiento. Dejar que se haga un poco, a continuación, agregar el calabacín y por último, el tomate, siguiendo este orden.
Sazonar con sal y pimienta y cocinar hasta que reduzca todo el líquido.

espuma de coliflor
Cocer la coliflor en una cacerola tapada con agua y sal. Sacar del agua cuando esté tierna y triturar en la batidora, disolviendo cuando aún esté caliente las hojas de gelatina que previamente habremos hidratado.
Poner bien de sal y pimienta y colar este puré. Meter en el sifón cuando esté tibio y rellenar con una carga de gas.
Dejar en la nevera al menos 12 horas.

salsa de tomate
En una cacerola baja echar el aceite a calentar, agregar el ajo laminado, cuando tome color, incorporar la cebolla picada en **brunoise** y dejar que se dore. Añadir entonces el tomate cortado en dados, la sal y el azúcar, dejar cocinar a fuego lento y moviendo a menudo hasta que se consuma el agua. Triturar la salsa, colarla por un chino. Rectificar de sal si fuese necesario.

aceite de perejil
Poner en la batidora el perejil y el aceite, triturar muy fino.

guarnición
Desalar las algas antes de su uso, luego cocerlas en agua con un poco de aceite por espacio de unos 8 minutos, escurrir y reservar.

dorada
Colocar los lomos sazonados con un poco de aceite en una placa de horno y con ayuda de un molde le damos forma de corona. Cocinar a una temperatura de 180 ºC unos 5 minutos.

dorada crujiente con terciopelo de pimiento frito y espuma de ajoblanco.

Carlos Jesús Rodríguez Gómez
I.E.S. "Maese Rodrigo" (Carmona)

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para el terciopelo de pimiento:
- 250 gr. de pimiento verde.
- 2 hojas de gelatina.
- 6 gr. de **agar-agar**.
- Sal.
- Aceite de oliv para freír.
- 100 ml de agua.

Para la espuma de ajoblanco:
- 200 gr. de almendras.
- 500 ml. de agua.
- 2 hojas de gelatina.
- 50 gr. de pan de pueblo.
- 1 diente de ajo.
- Vinagre de Jerez.
- 100 ml. de aceite de oliva virgen.
- 1 carga de gas de sifón.

Para la salsa de piquillos:
- 6 unidades de pimientos del piquillo.
- 100 ml. de aceite de oliva.
- 1 guindilla.
- 25 ml. de vinagre de Jerez.

Para el crujiente de dorada:
- 10 gr. de azúcar.
- 50 gr. de almendras.

Para los fideos chinos:
- 50 gr. de fideos chinos de soja.
- Aceite de oliva para freír.

* Ingredientes para 4 raciones.

elaboración

terciopelo de pimientos fritos

Freír los pimientos en abundante aceite caliente.
Triturar y **emulsionar** con un poco de aceite de la fritura y sazonar.
Hervir el agua e incorporar la gelatina y el **agar-agar**. Mezclarlo todo en la batidora y disponerlo sobre un molde, alcanzará una altura aproximada de 2 mm. Después, dejar reposar.

para la espuma de ajoblanco

Hervir una cuarta parte de agua e incorporar la gelatina que previamente habremos hidratado con agua fría.
Triturar las almendras junto con el resto del agua, el pan y el ajo. Añadir poco a poco el aceite sin dejar de batir, agregar el vinagre y la sal. Incorporar el agua con la gelatina al preparado anterior. Pasar por el chino e introducir en el sifón con una carga. Dejar reposar en nevera al menos 12 horas.

fideos chinos

Freír los fideos chinos en abundante aceite caliente, hasta que se inflen. Dejar escurrir muy bien.

dorada crujiente

Introducir las almendras en la batidora junto con el azúcar y triturar.
Colocar los lomos de dorada sazonados en una placa ligeramente engrasada e introducir en el horno a 180 ºC con la piel hacia arriba. Cocinar durante cuatro minutos y sacar.
Espolvorear con la mezcla de almendras y azúcar, posteriormente gratinar en la **salamandra**.

salsa de pimientos del piquillo

Confitar ajos y guindilla en aceite de oliva a fuego muy suave. Una vez tiernos, se retiran, se escurren y se pican en **brunoise**. Se eleva un poco la temperatura.
Fuera del fuego se añade el vinagre y los pimientos del piquillo.

presentación

Disponer los lomos de dorada en el centro del plato y cubrir con el terciopelo de pimiento, el cual recortaremos con la forma de la dorada con ayuda de la punta de un cuchillo afilado.
Situar al lado la espuma de ajoblanco y finalizar con un cordón de salsa de pimientos del piquillo rodeando al lomo de dorada y con los fideos de soja fritos sobre el pimiento, dándole volumen.

lomo de dorada de crianza del sur confitado al aroma de limón con cornetos de cebolla agridulce a la soja.

José Manuel Mármol Ramos
I.E.S. "José Cabrera" (Trebujena)

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para el aceite de limón:
- 600 gr. de aceite de girasol.
- Ralladura de la piel de 2 limones.

Para los cornetos:
- 300 gr. de baguette precocinada.
- 200 gr. de cebolla **juliana**.
- 75 ml. de vinagre de Jerez.
- 15 ml. de salsa de soja.
- 50 ml. de aceite de oliva.
- 1/2 cucharadita de tomillo.
- 1/2 cucharadita de **eneldo**.

Decoración:
- Tiras de piel de limón.
- Hierbas aromáticas.

* Ingredientes para 4 raciones.

elaboración

aceite de limón

Poner en un cazo al baño maría el aceite de girasol con la ralladura de limón durante unas 2 horas. Dejar enfriar y reservar este aceite.

dorada

Introducir las doradas sazonadas en bolsas de vacío con el aceite de limón y unos granos de pimienta. Envasar y cocinar las bolsas a 68 ºC durante un espacio de tiempo de15 minutos.

cornetos

Cortar el pan en lonchas muy finas, enrollarlo formando los cornetos y rociarlos con aceite de oliva, salpicarlos con el tomillo y el eneldo.
Hornear los cornetos a 150 ºC hasta que se doren y estén crujientes.
Rehogar en una sartén la cebolla hasta que esté tierna, entonces echar el vinagre y dejar reducir. Luego, añadir la soja, y esperar a que los dos líquidos estén consumidos. Escurrir muy bien la cebolla y rellenar los cornetos.
La reducción sobrante dejarla para decorar el plato.

presentación

Colocar los tres cornetos en el plato y encima de ellos, dejando que se vean, poner la dorada.
Terminar la decoración con las tiras de piel de limón, las hierbas y la reducción de soja y vinagre.

dorada rellena de cremoso con polvo de pistacho y patata confitada caramelizada al aroma de romero.

Francisco Javier García Rodríguez
I.E.S. "San Fernando" (Constantina)

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para la salsa suave de queso:
- 200 gr. de queso crema.
- 40 gr. de queso roquefort.
- 200 ml. de nata.
- 50 ml. de fumet de dorada.
- Sal.

Para la patatas confitadas:
- 4 patatas medianas.
- 250 ml. de Aceite de oliva.
- 1 ramita de romero.

Para el relleno de la dorada:
- 200gr. queso suizo emmental.

Crujiente de frutos secos:
- 300 gr. de azúcar glass.
- 5 gr. de **pectina**.
- 250 gr. de mantequilla en pomada.
- 100 gr. de glucosa.
- 90 gr. de almendras laminadas.
- 90 gr. de nueces picadas.

Para los fideos chinos:
- 50 gr. de fideos chinos de arroz.
- Aceite de oliva para freír.

Para el polvo de caramelo:
- 250 gr. de azúcar.

Polvo de pistacho:
- 150 gr. de pistachos tostados y pelados.

* Ingredientes para 4 raciones.

presentación

Para la presentación de esta receta, se prepara la dorada para varios recipientes. Cada una de las dos popietas en uno de ellos, con una base de salsa suave de queso. A una de ellas, le pincharemos un crujiente de frutos secos.
En el tercer recipiente dispondremos un fondo de fideos chinos fritos con la patata rellena encima, terminando este plato con una ramita de romero.

elaboración

salsa suave de queso
Poner el fumet de dorada en un cazo a fuego muy suave e incorporar el queso cremoso y el queso roquefort. Esperar que se fundan, para añadir en último lugar la nata, dejar cocinar unos segundos y salpimentar.

polvo de caramelo
En un cazo al fuego, echar el azúcar junto con unas gotas de agua, y esperar a que tome color. Cuando esté dorado volcar el caramelo sobre un papel de hornear y esperar que se enfríe. Para hacer el polvo triturar el caramelo con la ayuda de un rodillo.

patatas confitadas y caramelizadas al romero
Cortar las patatas dándole forma de cubilete y con ayuda de una cucharilla parisien hacer un pequeño hueco. Seguidamente sumergirlas en el aceite de oliva y **confitar** a 70 ºC perfumándolo con la ramita de romero.
Cuando las patatas estén tiernas, apartar y escurrir muy bien.
Una vez hechas se pasan por polvo de caramelo y el orificio se rellena con la salsa suave de queso.

crujientes de frutos secos
Poner en un cazo a fundir la mantequilla con la glucosa, cuando esté derretida, apartar del fuego e incorporar el azúcar glass mezclado con la pectina, remover y por último, añadir los frutos secos.
Dejar reposar esta mezcla en el frigorífico hasta su utilización.
Para elaborar los crujientes, colocar pequeñas porciones de la masa en una placa de horno con papel de hornear. Meter en el horno a una temperatura de 170 ºC hasta que las porciones se extiendan y se doren. Cuando se enfríen se quedarán los crujientes listos para su uso.

fideos chinos
Freír los fideos chinos en abundante aceite caliente, hasta que se inflen. Luego, escurrir muy bien.

polvo de pistacho
Triturar los pistachos en la batidora hasta que se conviertan en polvo. Tener cuidado de no pasarnos al triturar y de sacarles el aceite, con lo que nos quedarían apelmazados.

dorada
Hacer unas popietas con los lomos de dorada, rellenándolos de un trozo de queso. Salpimentar y embadurnar los lomos con un poco de aceite, salpicar con unas gotas de vino blanco y cocinar al horno a 180 ºC hasta que la dorada esté cocida. Al sacar la dorada del horno impregnar las popietas en polvo de pistachos.

dorada de crianza del sur con sabor a tierra.

Antonio García Melero
I.E.S. “Trafalgar” (Barbate)

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para el aceite de carbón:
- Unas ascuas de carbón.
- 500 ml. de aceite de oliva.

Para la salsa de remolacha y el serrín:
- 500 gr. de remolacha.
- 1 cucharada de Maizena Express.
- Sal y pimienta.

Para la salsa de zanahoria:
- 400 gr. de zanahoria.
- 1 cucharada de maizena express.
- sal y pimienta.

Para los triángulos de pan:
- 4 rebanadas de pan de molde.

Para los fideos amarillos:
- 100 gr. de harina de fuerza.
- 1 huevo.
- Colorante alimentario amarillo.
- Aceite para freír.

Para la guarnición:
- 300 gr. de patatas.
- 50 gr. de hongos.
- 1 cucharada de perejil picado.
- Aceite de oliva para freír.

* Ingredientes para 4 raciones.

elaboración

para el aceite de carbón

Apagar unas ascuas en medio litro de aceite de oliva y tapar inmediatamente.
Infusionar 15 días aproximadamente. Una vez transcurrido este tiempo, pasar por una **estameña**. Éste será el aceite que se utilizará para **confitar** la dorada.

para los hilos de remolacha

Lavar los tallos de la remolacha y con la ayuda de una puntilla sacar hilos de éstos.
Reservar.

para la salsa de remolacha

Pelar y cocer la remolacha en agua con sal. Reservar el caldo de cocción por un lado y la remolacha por otro. Llevar la mitad del agua de cocción de la remolacha a ebullición y ligarla con la maicena express, rectificar de sal y pimienta, triturar y pasar por un chino.

para el serrín de remolacha

En la batidora triturar la mitad de la remolacha con el resto del caldo de la cocción de ésta. Colar y con la ayuda de una estameña escurrir todo lo posible hasta conseguir que las virutas de remolacha estén secas. Poner sal fina y reservar.

para la salsa de zanahoria

Pelar y trocear las zanahorias. Echarlas en la batidora con agua y triturar. Colar y con el caldo de la cocción llevarlo a ebullición y ligarlo con maicena express. Volver a triturar y pasar por un chino. Rectificar de sal y pimienta.

para los triángulos de pan

Quitar las cortezas de las rebanadas de pan de molde. Colocarlas en una superficie enharinada y con la ayuda de un rodillo estirar muy bien. Cortar en dos triángulos, tostar en el horno y reservar.

para los fideos amarillos

Elaborar una pasta fresca amasando la harina, el huevo y el colorante alimenticio, pasar la pasta por la máquina de pasta y hacer espaguetis muy finos. Escaldar la pasta en agua hirviendo con sal y escurrir. Seguidamente freír en abundante aceite y secar sobre papel absorbente.

para la guarnición

Pelar, lavar y sacar bolitas de patatas. Freírlas en abundante aceite y escurrirla.
En una sartén dorar un poco de ajo, saltear las patatas, los hongos y el perejil, todo muy bien picado.

para las doradas

Poner los lomos de dorada en el aceite de carbón a 70 ºC hasta que estén completamente cocinadas. Escurrir y emplear.

presentación

Dibujar a un lado del plato unos círculos con la salsa de remolacha y al otro, unos círculos de salsa de zanahoria.
Poner una rebanada de pan estirado y tostado relleno de serrín de remolacha, terminando con más serrín de remolacha.
Colocar la dorada encima del sandwich, mientras que el salteado de patatas y los hongos disponerlos en forma de bouquet en el plato.
Terminar de decorar el plato con una hoja de albahaca frita y los fideos amarillos.

lomo de dorada relleno de hortalizas con aire marino.

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para las verduras:
- 200 gr. de pimiento verde.
- 200 gr. de pimiento rojo.
- 200 gr. de pimiento amarillo.
- 100 gr. de cebolla.
- 200 gr. de tomate maduro.
- 1 diente de ajo.
- 100 ml. de vino **manzanilla**.
- 1 hoja de laurel.
- 1 pizca de tomillo.
- 50 ml. de aceite de oliva
- Sal y pimienta.

Para el aire marino:
- 500 ml. de **fumet de pescado**.
- 1 gr. de **lecitina de soja**.

Para la guarnición:
- 400 gr. de patatas pequeñas.
- 8 espárragos verdes.

Para el aceite de pimentón:
- 100 ml. de aceite de oliva.
- 1 cucharada de pimentón dulce.

Para decorar:
- 2 calamares medianos.
- Aceite de oliva.
- Sal.

* Ingredientes para 4 raciones.

elaboración

verduras
Poner en una cacerola el aceite, dorar un poco el ajo, luego añadir los pimientos y la cebolla cortada en **juliana**, estofar e incorporar el tomate cortado también en juliana, dejar cocinar unos minutos para más tarde agregarle el vino. Dejar cocer.

dorada
Quitar la piel de las doradas con ayuda de un cuchillo, enroscar y atar con un **bramante**. Sazonarlas y ponerlas a cocinar en la salsa de verduras. Tapar la cacerola. Aproximadamente en unos 5 minutos estarán listas. Sacar con cuidado y quitar el hilo.

guarnición
Pelar y **tornear** la patatas. Luego, cocerlas en una cacerola partiendo de agua fria, un poco de aceite de oliva y sal. Apartar cuando las patatas estén tiernas y reservar hasta la hora de servir.
A los espárragos se les quita la parte dura del tallo, se hierven unos minutos en una cacerola con agua hirviendo con sal y posteriormente escurrir bien. En el momento de servir **marcar** los espárragos en la plancha.

tallarines de calamar
Limpiar los calamares y abrirlos a lo largo, enrollar y cortar en tiras muy finas para así obtener los tallarines.
Sazonar y saltear con un poco de aceite de oliva.

aceite de pimentón
Mezclar bien el aceite de oliva con el pimentón.

aire de mar
En un recipiente amplio, verter el fumet y la lecitina de soja, triturar con ayuda de una turmix inclinándola hacia un lado para facilitar la fabricación del aire. Hacer esta operación justo en el momento de servir.

presentación

Colocar en el centro del plato la dorada, rellenarla con las verduritas y terminar con una cucharada del aire de mar.
Decorar el plato con los dos espárragos formando una cruz en un lado, y acompañando a la dorada los filamentos de calamar, las patatas y un cordón de aceite de pimentón.

David Valdivia Sampedro
I.E.S. "Heliópolis" (Sevilla)
accésit

dorada de crianza rellena de algas y setas boletus, con arroz de sepia y parmentier de coral de erizos.

Andrés Romero Pérez
I.E.S. "La Rosaleda" (Málaga)

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para el arroz de sepia:
- 2 dientes de ajo.
- 100 gr. de cebolla picada.
- 200 gr. de arroz.
- 4 bolsitas de tinta de sepia.
- 500 ml. de **fumet de pescado**.
- 1/2 cucharadita de mejorana picada.
- 50 ml. de aceite de oliva.
- Sal.

Para el aceite de limón:
- 600 gr. de aceite de oliva.
- Ralladura de la piel de 2 limones.

Para los boletus:
- 100 gr. de **boletus**.

Para el parmentier de coral de erizos:
- 300 gr. de patatas de piel roja.
- 2 cucharadas de aceite de oliva.
- 80 gr. de caviar de erizos.
- Sal y pimienta.

Dorada:
- 100 gr. de algas tipo **kombu** y **judía de mar** en conserva.

Aceite de huevas:
- 30 gr. de huevas de trucha.
- 20 gr. de huevas de erizo.
- 100 ml. de aceite de oliva suave.

Para la decoración:
- Cebollino.
- Huevas de trucha.

* Ingredientes para 4 raciones.

elaboración

aceite de limón
Poner en un cazo al baño maría el aceite de oliva con la ralladura de limón durante unas 2 horas. Dejar enfriar, colar y reservar este aceite.

boletus
Echar las setas limpias en el aceite de limón y **confitar** al baño maría por espacio de unas 2 horas, luego conservar en el aceite.

arroz de sepia
Poner en una cacerola el aceite a calentar, añadir el ajo picado y luego la cebolla en **brunoise**, cuando la cebolla esté cocida, rehogar el arroz y mojar el fumet hirviendo, (reservando un poco, por si hiciera falta) disolver la tinta y añadir la mejorana. Rectificar de sal y cocinar hasta que el arroz esté tierno pero sin pasarlo. Debe quedar seco.

dorada
Quitar la piel a la mitad de los lomos. Esta piel enroscarla en un molde cilíndrico y ponerla a secar en el horno a 75 ºC hasta que esté crujiente.
Después, coger los lomos de dos en dos, uno con piel y otro sin ella, y sazonar.
Colocar un poco de algas y de **boletus** laminados entre los dos lomos y envasarlo al vacío.
Cocinar las bolsas a 71ºC durante unos 15 minutos.

parmentier de coral de erizos
Cocer las patatas con piel en una cacerola con agua. Una vez tiernas escurrir y pelar.
Pasar por un pasapurés, sazonar e incorporar el aceite de oliva y el caviar de erizos. Mezclar bien.

aceite de huevas
Poner los ingredientes en un recipiente adecuado y mezclarlo bien con ayuda de una cuchara para no romper la huevas de trucha.

presentación

Disponer en un plato un molde circular relleno de arroz de sepia, retirar el molde y poner la dorada encima, luego el círculo de piel y dentro de éste una quenefa de parmantier rematada con un poco de huevas de trucha. Finalizar con un cordón de aceite de huevas y una ramitas de cebollino.