

sashimi de dorada ahumada sobre pasta negra al parmesano.

Antonio Porras González
Consortio Escuela de Hostelería "La Laguna" (Baeza)

● dorada de crianza

Verter el vinagre en un cazo a reducir, cuando haya disminuido hasta la mitad, retirar del fuego y dejar enfriar.

Eliminar la piel de la dorada. Una vez limpia añadirle la sal ahumada, el jengibre, la canela, el vinagre de Módena, que previamente habremos reducido a la mitad y el aceite de girasol. Reservar en frío.

● pasta

Cocer los espaguetis en abundante agua hirviendo con sal y un chorreón de aceite. Escurrir, refrescar y reservar.

● aceite de dorada

Calentar el aceite en un recipiente, cuando alcance los 40 °C, retirar del fuego e incorporar las espinas. Dejarlo al baño maría durante una hora infusionando. Enfriar, colar y elaborar con este aceite una salsa añadiéndole el vinagre y la sal.

● salsa de parmesano

Poner el queso y la nata en la thermomix. Programarla para un espacio de tiempo de 4 minutos, cuya temperatura sea de 70 °C y con una velocidad 4. Colar y reservar.

● trompetas confitadas

Pondremos en un recipiente el aceite de oliva virgen extra, los ajos y los granos de pimientas. Calentar a unos 50° en la plancha, una vez alcanzada esta temperatura introduciremos las setas y retiramos del fuego. Dejaremos infusionar hasta que se enfríe.

● ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para la dorada:

- 8 gr. de sal ahumada.
- 1 cucharadita de jengibre en polvo.
- 1/2 cucharadita de canela en polvo.
- 50 ml. de aceite de girasol.
- 100 ml. vinagre de Modena.

Para la pasta:

- 100 gr. de espaguetis negros de tinta.
- Sal.
- Aceite de oliva.

Para el aceite de dorada:

- Espinas de las doradas.
- 200 ml. de aceite de oliva.
- 25 ml. de vinagre de Jerez.
- Sal.

Para las trompetas confitadas:

- 50 gr. de trompetas de la muerte.
- 2 dientes de ajo.
- 6 granos de pimienta.
- 200 ml. de aceite de oliva.

Para la salsa de parmesano:

- 150 gr. de parmesano.
- 150 gr. de nata.
- Sal.

Para decorar:

- Huevas de trucha.
- Rúcula.
- Canónigos.

* Ingredientes para 4 raciones.



■ presentación ●●

Preparar un molde circular con un fondo de pasta cocida. A continuación, ir poniendo unas capas de dorada finamente cortadas, hojas de ensalada y trompetas, aliñándolas con el aceite de la dorada. Terminar el plato con el decorado de unas trompetas, unas hojas de canónigo o rúcula, un cordón de salsa de parmesano y huevas de trucha.

popietas de dorada gratinada a la albahaca.

M^a Dolores Tamayo Torres
I.E.S. "José Cabrera" (Trebujena)

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para la velouté:

- 500 ml. de **fumet de pescado**.
- 25 gr. harina.
- 25 ml. de aceite.
- Sal y pimienta.
- Nuez moscada.

Para el relleno:

- 200 gr. de cebolla en **brunoise**.
- 5 dientes de ajo en brunoise.
- 12 langostinos.
- Aceite de oliva.
- Sal.

Para la pasta de queso:

- 250 gr. de **mozzarella**.
- 1 cucharada de perejil picado.
- 40 gr. de albahaca picada.
- 25 ml. de aceite de oliva.

Para decorar el plato:

- 16 langostinos.
- Aceite de oliva.
- Perejil.

* Ingredientes para 4 raciones.

elaboración

velouté

Echar en una cacerola el aceite y con la harina hacer un **roux**. Mojar con el fumet hirviendo y dejar cocer sin parar de remover hasta que espese. Sazonar con la sal, la pimienta y la nuez moscada.

relleno

Echar un poco de aceite en una sartén, rehogar el ajo y la cebolla en este orden. Luego añadir los langostinos pelados y cortados en daditos. Cocinar y sazonar.

pasta de queso

Mezclar y amasar todos los ingredientes hasta conseguir una pasta que reservaremos en frío.

dorada

Quitar con cuidado la piel a los lomos de dorada, cortarlos a lo largo en dos tiras. Éstas enrollarlas y sujetarlas con ayuda de un palillo. A continuación, rellenar con la farsa y cubrir con la pasta de queso. Cocinar al horno a 150 °C por espacio de unos 10 minutos.

para decorar el plato

Pelar los langostinos dejándoles sólo la cola y la cabeza, sazonar y saltear en una sartén con un poco de aceite.

presentación

Para este plato colocaremos los lomos de dorada gratinados uno seguido de otro. Acompañado de los langostinos salteados y de un cordón de velouté y perejil.



milhojas de dorada y ortiguillas con salsa de sepia y reducción de tintilla de rota.

Daniel Alcedo González
I.E.S. "Arroyo Hondo" (Rota)



ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para la reducción de Tintilla:
• 100 ml. de vino Tintilla de Rota.

Para el aceite de tinta:
• 100 ml. de aceite de girasol.
• 2 bolsitas de tinta de calamar.

Para las ortiguillas:
• 16 ortiguillas limpias.
• Harina de freír.
• Aceite de oliva para freír.

Para la salsa de sepia:
• 200 gr. de sepia limpia.
• 2 dientes de ajo.
• 100 gr. de cebolla.
• 200 ml. de fumet.
• 100 ml. de vino blanco.
• 1/2 cucharadita de comino.
• Sal.
• Aceite de oliva.

* Ingredientes para 4 raciones.



● **reducción de tintilla**
Verter el vino en un cazo y reducir a fuego suave hasta que se quede en la mitad de su volumen.

● **aceite de tinta**
Echar en un cazo pequeño el aceite de girasol y la tinta de calamar.
Dejar al baño maría por espacio de unas 2 horas, mezclar bien y reservar en frío.

● **salsa de sepia**
Poner en una cacerola un poco de aceite. Rehogar primero el ajo y luego la cebolla, todo picado muy fino. Añadir la sepia cortada en daditos muy pequeños, rehogar y regar con el vino.
Dejar evaporar el alcohol, agregar el **fumet** y el comino.
Reducir y sazonar.

● **ortiguillas**
Sazonar las ortiguillas, luego enharinar. Sacudir bien para quitar el exceso de harina y freír en aceite muy caliente para que queden crujientes.

● **dorada**
Sazonar los lomos de dorada y cocinarlos a la plancha con un poco de aceite de oliva.

elaboración

presentación

Disponer en el centro del plato dos ortiguillas, encima de éstas un filete de dorada. Bañar todo con la salsa de sepias.
Colocar de nuevo otras dos ortiguillas sobre los lomos, acabando el plato con otro filete de dorada, y rociar con la salsa.
Decorar con cordones de reducción de Tintilla de Rota y el aceite de tinta.

dorada de crianza del sur tropical.

Manuel Fajardo Basallote
I.E.S. "Atalaya" (Conil de la Frontera)



ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para las doradas:

- 50 ml. de vino blanco.
- Aceite de oliva.

Para la salsa de kiwi:

- 200 gr. de kiwi.
- 250 ml. de fumet de pescado.

Para las verduras:

- 200 gr. de zanahoria en juliana.
- 200 gr. de puerro en juliana.
- 200 gr. de calabacín en juliana.

Para el crujiente de piña:

- 1/4 de piña fresca pelada.
- 100 gr. de agua.
- 100 gr. de azúcar.

Para la guarnición:

- 2 plátanos.
- 100 gr. de cerezas.

* Ingredientes para 4 raciones.

■ salsa de kiwi

Pelar los kiwis y triturar con el fumet de pescado. Poner esta mezcla al fuego y dejar reducir un poco, sazonar y reservar caliente.

■ verduritas

Verter un poco de aceite en una sartén y saltear las verduras dejándolas **al dente**.

■ crujientes de piña

Echar en un cazo el agua y el azúcar, llevarlo a ebullición y apartar. Sumergir en este **almíbar** la piña cortada en rodajas muy finas. Escurrir las rodajas y colocarlas en la placa del horno encima de papel de hornear. Dejar cocer a una temperatura de 100 °C, hasta que la piña esté seca.

■ guarnición

Pelar los plátanos y cortar en rodajas transversales y gruesas. Quitar el hueso a las cerezas. Pasar la fruta por una sartén con un poco de aceite.

■ doradas

Marcar los lomos de dorada en la plancha, enrollados con ayuda de un **bramante** y terminarlo de cocer en el horno con un poco de vino blanco y sazonar.

presentación



Rellenar el fondo de un plato sopero con la salsa de kiwi. En el centro de éste y con ayuda de un molde colocamos la **juliana** de verduras.

Encima de la juliana situar los lomos de dorada, y al lado del pescado la piña seca.

La piña irá acompañada de plátano cortado en rodajas y de las cerezas.

lomos de dorada confitados al aroma de vainilla y espuma de mar.

Javier González Sánchez
I.E.S. "Hostelera" (San Roque)



ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para la dorada:

- 200 ml. de aceite de oliva.
- 2 vainas de vainilla.

Para masa de la teja:

- 1 clara de huevo.
- 100 gr. de harina.
- 100 gr. mantequilla.
- 1/2 cucharadita de **eneldo**.
- Sal y pimienta.

Para la espuma de mar:

- 100 gr. de gambas peladas.
- 100 gr. de mejillones sin cáscara.
- 150 gr. de cebolla picada.
- 50 gr. de pimiento rojo.
- 100 gr. de tomate.
- 200 ml. de **fumet**.
- 100 gr. de nata.
- 1 hoja de gelatina.
- Sal.
- 1 carga de gas de sifón.

Para decorar:

- Puerro **juliana** frito.
- Huevas de trucha.
- Aceite de vainilla de las doradas.
- Vainas de vainilla de las doradas.

* Ingredientes para 4 raciones.

dorada

Sazonar los lomos de dorada, después ponerlos en un recipiente con el aceite y las vainas de vainilla. Llevarlo hasta los 70 °C y mantenerlo en esa temperatura hasta que los lomos estén cocinados.

tejas

Poner en un recipiente la mantequilla a **punto de pomada**, agregar la clara, la harina, el eneldo, la sal y la pimienta. Como resultado de esta mezcla, obtendremos una masa.

Amasar bien y estirar para hacer los crujientes. Luego, colocarla encima del papel de hornear.

Meter al horno a unos 170 °C hasta que estén dorados los crujientes.

espuma de mar

Rehogar en un poco de aceite, la cebolla y el pimiento, luego añadir las gambas y los mejillones, remover un poco, y agregar el **fumet**, hervir y apartar. Disolver en este caldo la hoja de gelatina que previamente habremos hidratado con agua fría.

Triturar todo en la batidora, hasta que esté muy fino y colar por un chino de malla. Dejar enfriar a temperatura ambiente.

Luego, mezclar la nata y poner a punto de sal. Echar en el **sifón** y poner una carga de gas.

Para terminar, guardar en la nevera al menos 12 horas antes de utilizarlo.

elaboración

presentación

Colocar un fondo de puerro frito en el plato, encima los lomos de dorada y a un lado, un crujiente con espuma rematado con otro crujiente.

Terminar con un poco de aceite de vainilla, media vaina encima de la dorada y las huevas de trucha.

dorada rellena al aroma de estragón.

Antonio Jesús López Vidal
I.E.S. "Doñana" (Almonte)



■ ingredientes ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

- | | | |
|---|--|--|
| <p>8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.</p> <p>Para el relleno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 150 gr. de cebolla. • 2 unidades de pepinillos. • 20 gr. de alcaparras. • 200 gr. de gambas peladas. • 1/2 cucharadita de estragón. • 1 manojito de perejil. • 1 cucharadita de orégano. • 50 ml. de aceite de oliva. | <p>Para la salsa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 150 gr. de cebolla. • 250 ml. de fumet de pescado. • 250 ml. de leche. • 25 gr. de harina. • 25 ml. de aceite. • 1 cucharada de perejil picado. • 1 cucharada de vinagre de estragón. • Sal. | <p>Para la guarnición:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 200 gr. de patatas pequeñas al vapor. • Perejil picado. • Pepinillo. |
|---|--|--|



■ elaboración ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

- | | | |
|---|---|--|
| <p>relleno</p> <p>Echar en una sartén el aceite y rehogar la cebolla picada muy fina. Cuando la cebolla esté tierna, añadir los demás ingredientes picados muy finos, rehogarlo todo durante unos dos minutos y sazonar.</p> | <p>salsa</p> <p>Rehogar en el aceite la cebolla muy picada, luego agregar el perejil y la harina. Dejar unos segundos sin parar de mover en el fuego, regar con el vinagre, el fumet y la leche. Cocer sin parar de remover con una varilla hasta que espese, rectificamos de sal y reservamos al baño maría.</p> | <p>dorada</p> <p>Sazonar los lomos de dorada, luego enrollarlos formando un turbante, teniendo especial cuidado en dejar un hueco en el centro y atarlos con un bramante. Una vez hecho esto, engrasarlos con un poco de aceite de oliva y meterlos al horno a 180 °C durante unos 5 minutos. Por último, sacar y rellenar con la farsa caliente que tenemos preparada.</p> |
|---|---|--|

■ presentación ● ●

Disponer en el plato dos turbantes colocados encima de dos porciones de la salsa, acompañado de unas patatas al vapor con un poco de perejil picado mezclado con aceite y unos abanicos de pepinillos.

* Ingredientes para 4 raciones.



dorada de crianza del sur al horno con verduritas de la huerta y crema templada de arroz.

■ elaboración

■ verduras

Asar los pimientos en el horno a una temperatura de 200 °C, y cuando estén a mitad de cocción darle la vuelta. Una vez asados, colocarlos en un recipiente hermético para que suden. Ya fríos, pelar y cortar en tiras, aliñar con el aceite de oliva, el vinagre y la sal.

Las berenjenas y los calabacines, lavarlos y cortarlos en **bastones**. **Marcar** en la plancha con un poco de aceite y sal.

■ crema de arroz

Echar en una cacerola el aceite, rehogar el ajo picado y añadir la cebolla picada.

Cuando la cebolla esté **pochada**, agregar el arroz y mojar con el **fumet** hirviendo. Dejar cocer hasta que el arroz esté muy tierno y sazonar. Después, verterlo en la batidora, triturar muy fino y pasar esta crema por el **chino**.

Por último, reservar al baño maría.

■ dorada

Poner los filetes sazonados en moldes redondos engrasados formando una corona con la dorada. Meter al horno a 180 °C durante unos cinco minutos.

■ ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para las verduras:

- 500 gr. de pimientos rojos.
- 200 gr. de calabacín.
- 200 gr. de berenjena.
- Aceite de oliva virgen.
- Sal.
- Vinagre de Jerez.

Para la crema de arroz:

- 100 cl. de aceite de oliva.
- 150 gr. de cebolla.
- 1 diente de ajo.
- 500 ml. de fumet de pescado.
- 200 gr. de arroz.

Para decorar:

- Cebollino.

* Ingredientes para 4 raciones.

■ presentación

En un plato sopero preparar un fondo de pimientos asados, encima de estos el molde de dorada, luego los calabacines y las berenjenas.

Para dar más color y vistosidad, añadir unos trozos de pimientos rojos a la plancha.

Terminar el plato con un fondo de crema de arroz y decorar con el cebollino.



dorada de crianza al mojo picón de cilantro con puré de remolacha y crujiente de limón.

Carlos Luque Navarro
I.E.S. "Jacaranda" (Churriana)

ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para el mojo picón:

- 3 dientes de ajo.
- 1 cucharada de pimentón dulce.
- Un manojito de cilantro fresco.
- 1 rebanada de pan remojada.
- 1 cucharadita de comino molido.
- 50 ml. de aceite de oliva virgen.
- 250 ml. de agua.
- 50 ml. de vinagre.

Para el puré de remolacha:

- 200 gr. de remolacha cocida.
- 20 ml. de aceite de oliva virgen.
- Sal y pimienta.

Para los crujientes de limón:

- 2 unidades de limón.
- Azúcar glass.

Para el aceite de pimentón:

- 100 ml. de aceite de oliva.
- 1 cucharada de pimentón dulce.

Para el aceite de cilantro:

- 100 ml. de aceite de oliva.
- Un manojito de cilantro fresco.

Para las verduras:

- 200 gr. de zanahoria.
- 200 gr. de puerro.
- Aceite de oliva.
- Sal

* Ingredientes para 4 raciones.



mojo picón

Elaborar el mojo picón triturando todos los ingredientes juntos.

Poner los lomos de la dorada a **macerar** en este mojo picón de cilantro por espacio de unas dos horas.

verduras

Pelar las zanahorias y cortarlas en bastón, cocerlas en agua con sal y dejarlas **al dente**. Escurrir y reservar.

Por otro lado, cortar los puerros en una **juliana** gruesa. Lavar muy bien y escurrir.

Echar en una sartén un poco de aceite y rehogar los puerros hasta que estén tiernos, en ese instante aumentar el fuego y añadir las zanahorias, saltear y sazonar.

puré de remolacha

Poner en el vaso de una batidora la remolacha troceada con el aceite, la sal y la pimienta. Triturar muy fino y reservar.

crujientes de limón

Cortar el limón con un cortafiambre en rodajas muy finas. Colocarlas en una placa de horno con papel de hornear, espolvorear con azúcar glass y meter a secar a 100 °C.

aceite de pimentón

Mezclar bien el aceite con el pimentón.

aceite de cilantro

Echar en el vaso de una batidora el aceite y el cilantro, triturar muy bien.

dorada

Sacar los lomos de la dorada del mojo picón, secar y bañar con aceite de oliva virgen. Cocinarlas a la plancha y embadurnarlas con un poco de aceite de oliva virgen.

presentación

Colocar en el centro del plato un bouquet de verduras, encima los dos lomos de dorada y terminar con una rodaja de limón crujiente. Al lado, rociar una **lágrima** de puré de remolacha, un poco de aceite de cilantro y aceite de pimentón.

rollos de dorada con verdura confitada al aroma de vino de Málaga



ingredientes

8 lomos de Dorada de Crianza del Sur.

Para el relleno:

- 3 rebanadas de pan.
- 50 gr. de almendras.
- 150 gr. de nueces peladas.
- 200 ml. de fumet de pescado.
- 50 ml. de nata.
- Aceite de oliva para freír.

Para la salsa:

- 100 ml. de vino de Málaga Virgen.
- 50 ml. de miel de caña.

Para la cebolleta caramelizada:

- 5 unidades de cebolleta.
- 50 ml. de aceite de oliva.
- 100 gr. de azúcar.

Para el puré de remolacha:

- 200 gr. de remolacha cocida.
- 20 ml. de aceite de oliva virgen.
- Sal y pimienta.

Para las verduritas:

- 200 gr. de zanahoria.
- 200 gr. de calabacín.
- Aceite de oliva.
- Sal.

* Ingredientes para 4 raciones.

relleno

Freír en el aceite de oliva la rebanada de pan y las almendras. Una vez fritos volcar en el mortero junto con las nueces hasta obtener una pasta consistente. Echar esta pasta en el **fumet** y reducirla a fuego lento durante unos minutos. Añadir la nata y triturar en la batidora hasta obtener la densidad adecuada para rellenar los lomos de dorada.

puré de remolacha

Poner en el vaso de una batidora la remolacha troceada junto con el aceite, la sal y la pimienta. Triturar muy fino y reservar.

verduras

Pelar las zanahorias y cortarlas en bastón, cocerlas en agua con sal y dejarlas **al dente**. Escurrir y reservar.

Por otro lado, cortar los calabacines en una **juliana** gruesa, lavar muy bien y escurrir.

Echar en una sartén un poco de aceite y saltear los calabacines hasta que estén tiernos, en ese momento aumentar el fuego y agregar las zanahorias. Por último, saltear y sazonar.

salsa

Echar en un cazo pequeño el vino y la miel, dejar a fuego suave en la plancha.

Reducir hasta obtener la densidad deseada.

cebolleta caramelizada

Poner en una sartén el aceite y añadir la cebolleta cortada en juliana. Con el fuego muy bajo dejar estofar hasta que estén tiernas. Escurrir el aceite e incorporar el azúcar, avivar el fuego y mover hasta que adquiera un color dorado.

dorada

Sazonar los lomos, enrollarlos formando un turbante, dejando un hueco en el centro y atar con un **bramante**.

Engrasar los rollos con un poco de aceite de oliva, rellenar con la farsa y cocinar al horno a 180 °C durante unos 5 minutos.

elaboración

presentación

Preparar en el fondo del plato un bouquet de verduritas, el pescado a los lados, una **lágrima** de puré de remolacha, un bouquet de cebolleta y un cordón de la reducción del vino.



Juan Guzmán Gutiérrez
I.E.S. "Sierra Blanca" (Marbella)
ganador