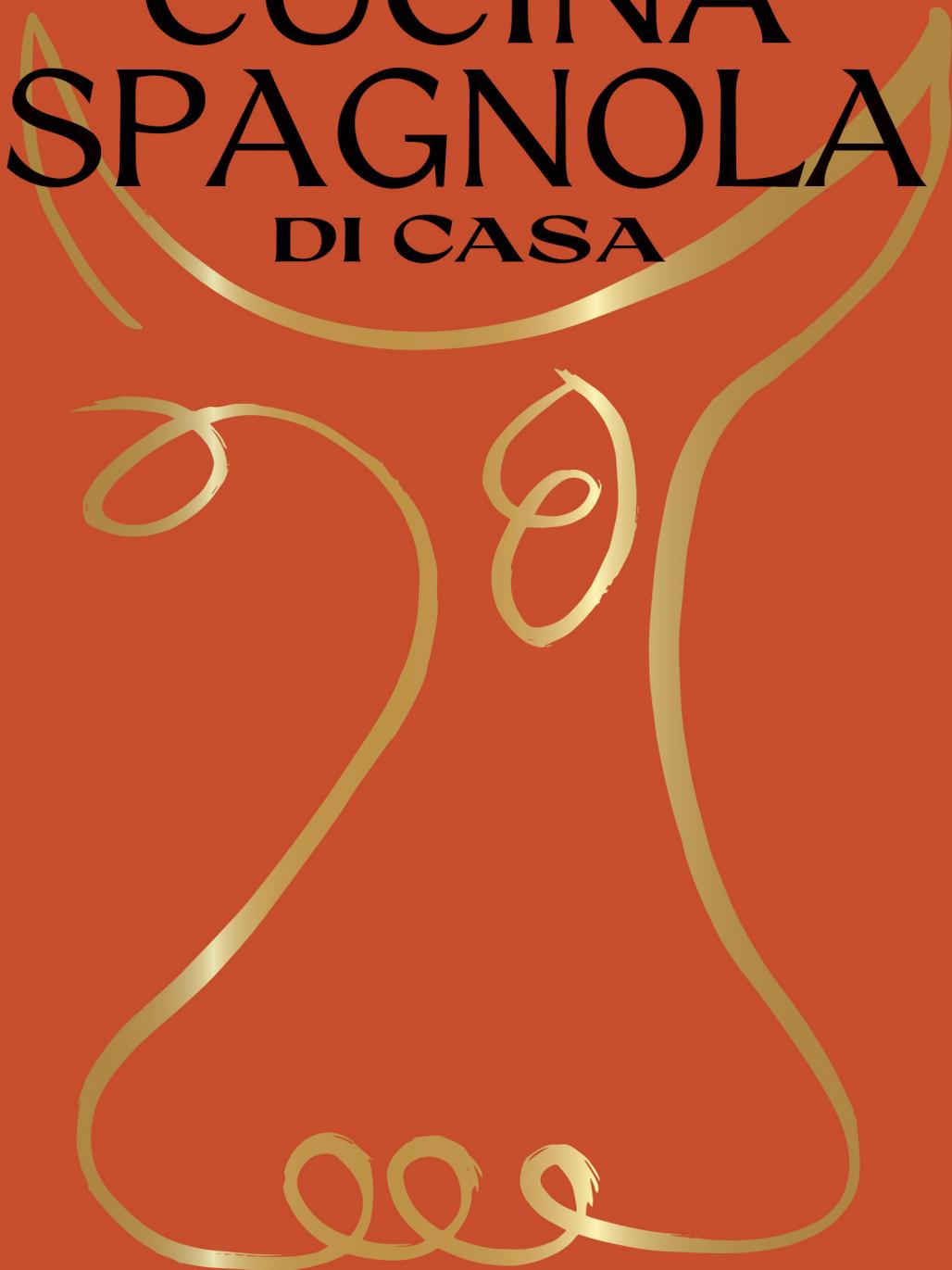


CUCINA SPAGNOLA DI CASA



JOSÉ PIZARRO

SEMPLICI RICETTE DI STAGIONE E RICORDI DI CASA MIA

Guido Tommasi Editore

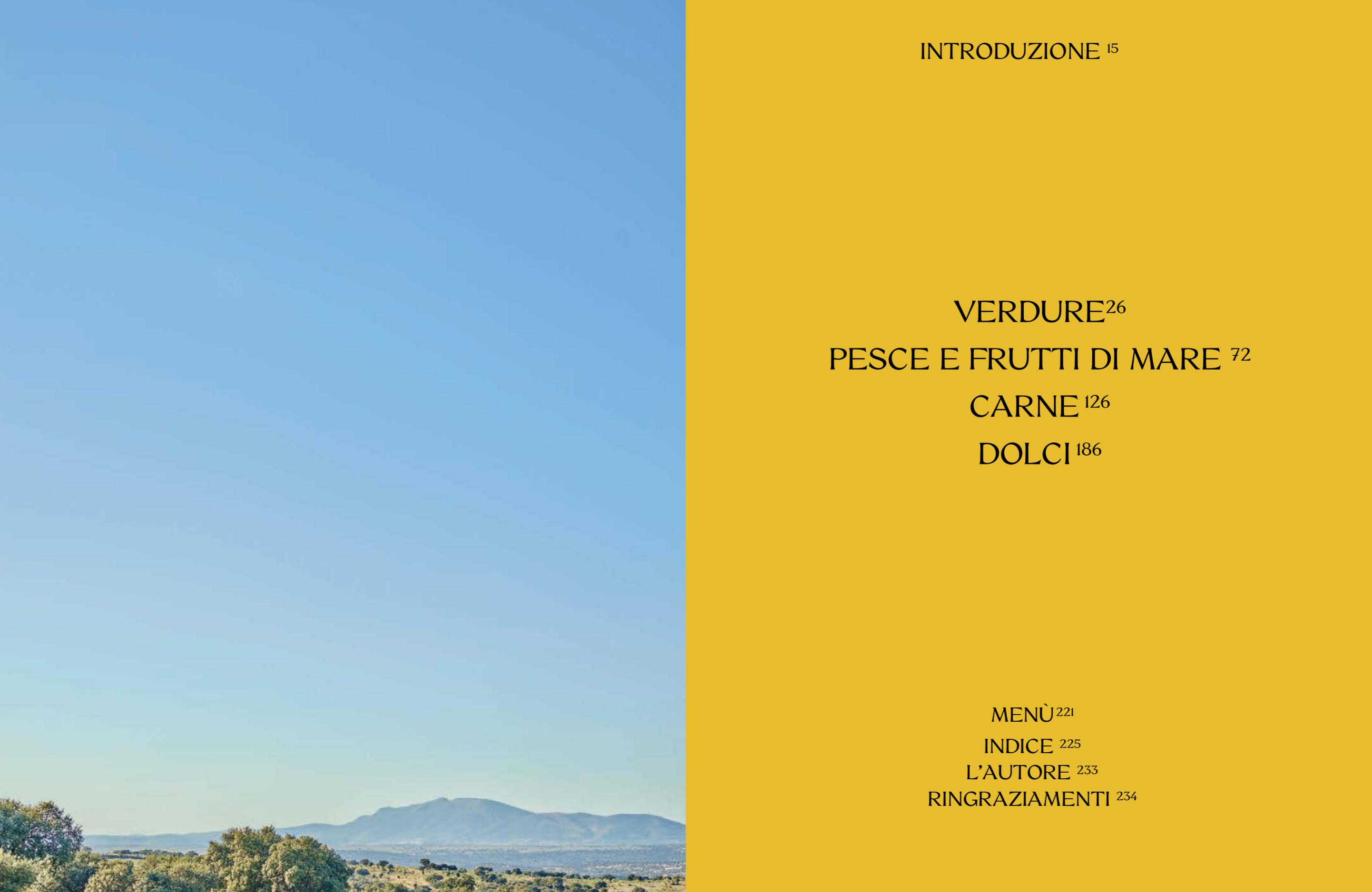


CUCINA SPAGNOLA

DI CASA

JOSÉ PIZARRO

Guido Tommasi Editore



INTRODUZIONE ¹⁵

VERDURE ²⁶

PESCE E FRUTTI DI MARE ⁷²

CARNE ¹²⁶

DOLCI ¹⁸⁶

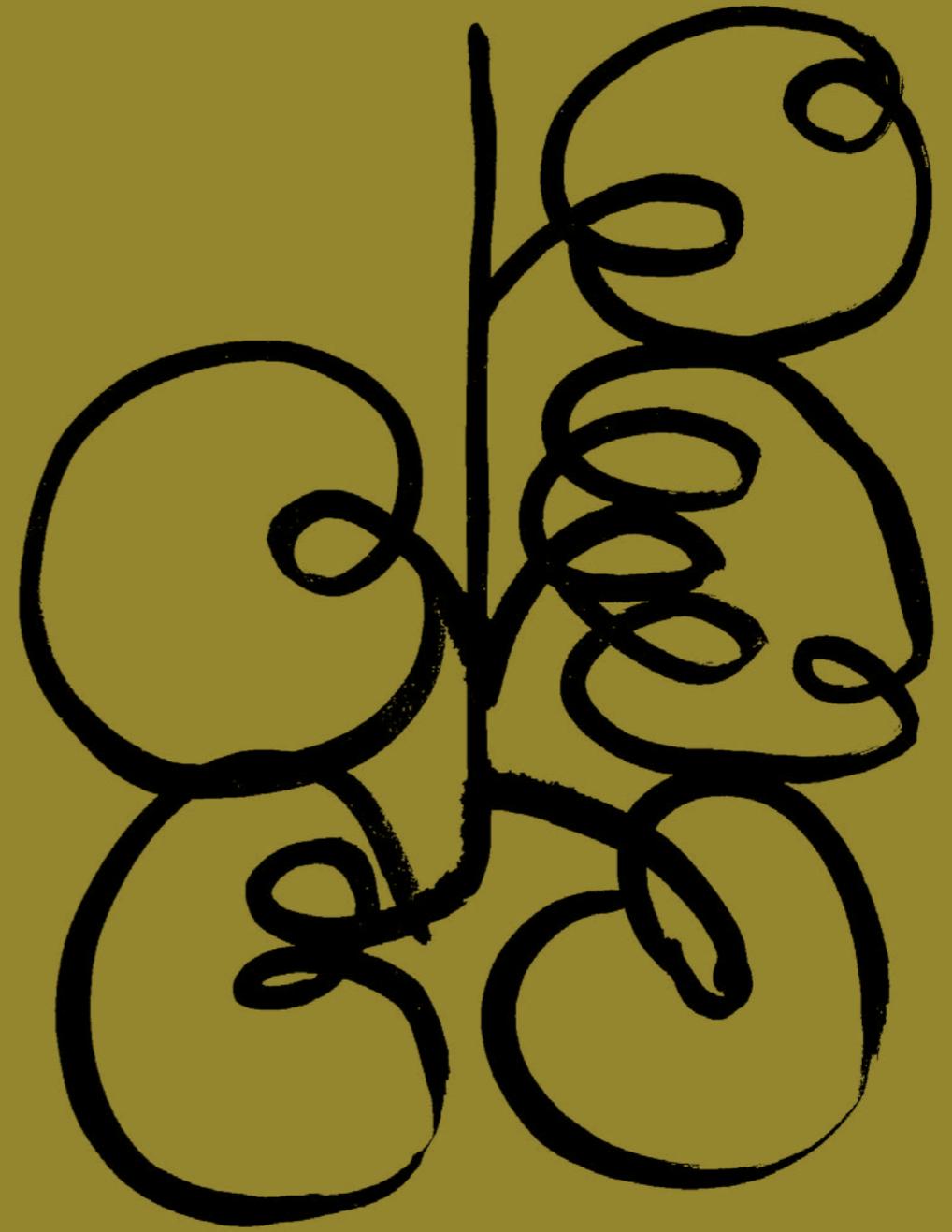
MENÙ ²²¹

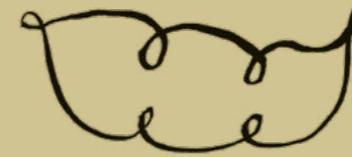
INDICE ²²⁵

L'AUTORE ²³³

RINGRAZIAMENTI ²³⁴

VERDURE





Gestendo una fattoria nella Spagna rurale, la mia famiglia sapeva vivere della terra, una cosa tramandata di generazione in generazione. Mio padre ha insegnato ad Antonio, mio fratello maggiore, a occuparsi dei terreni perché dessero i loro frutti. Con l'avanzare dell'età dei miei genitori, li accompagnavamo tutti i giorni alla *huerta* (l'orto) per vedere come stavano le piante e quali ortaggi e frutti freschi si potevano raccogliere. Ho splendidi ricordi delle passeggiate nell'orto con mio padre: l'esperienza di raccogliere qualcosa di semplice come un pomodoro fresco, maturato al sole caldo dell'Estremadura, rimarrà sempre nel mio cuore. A volte lui mi rimproverava: "No, non raccogliarlo, non ci siamo ancora. Sarà pronto domani!". Non si sbagliava mai. Conosceva così bene i prodotti che coltivava che poteva dirti il momento esatto in cui si poteva raccogliere ogni verdura per portarla sul tavolo della cucina: né troppo presto né troppo tardi!

Ricordo che il mio povero papà venne a Londra per la prima volta nel 2000: non riusciva a credere a quei limoni striminziti, dal gusto amaro e dai prezzi stellari! In Spagna i limoni sono così abbondanti che cadono dagli alberi e li si trova a terra dappertutto. Quando maturano al sole, sono succosi e di un giallo più scuro, e non hanno nemmeno una punta di amaro. Ricordo che andò anche al Borough Market, dove vide per la prima volta i pomodori ciliegia: ne portò alcuni in Spagna e usò i semi per propagare le piante. Era un orticoltore fin nel midollo.

Tra le cose che amo di più delle verdure sono la stagionalità e il fatto che ciò che mangiamo cambia nel corso dell'anno in base a quanto la natura ci offre. Per esempio, se pensiamo alle zucche la mente va subito all'autunno e alle sue festività, mentre le arance rosse evocano l'inverno. Nei miei ristoranti, mi piace cambiare i menù per riflettere l'alternarsi delle stagioni e dei prodotti: mi ricorda quanto la nostra esistenza sia intimamente legata al nostro meraviglioso pianeta e mi fa sentire in rapporto più stretto con la natura.

Quando sono arrivato nel Regno Unito nel 1998, qui si stava sviluppando il movimento vegetariano, un concetto che per me era un'assoluta novità. A quel tempo in Spagna l'idea del vegetarianesimo non esisteva affatto. A un certo punto sono tornato in patria per realizzare un articolo sul *jamón ibérico*. Il fotografo che era con me era vegetariano, e ricordo che l'anziana signora che ci preparò il pranzo nella fattoria che visitammo insisteva che lui poteva tranquillamente mangiare il *jamón* perché i maiali erano nutriti solo con ghiande iberiche... e non stava scherzando! Pensava sul serio che la preoccupazione di un vegetariano riguardasse l'alimentazione dell'animale. Comunque, il mio amico non ha mangiato carne e abbiamo trovato un'ottima alternativa. Devo dire che amo molto la cucina vegetariana, e alcuni piatti a base di sole verdure sono spettacolari. Ho osservato da vicino l'evoluzione di questo modo di cucinare e di alimentarsi, e mi colpisce molto la creatività che c'è in questo settore. Come chef, è sempre bello ricevere stimoli per creare cose nuove, e mi piace molto inventare nuove ricette a base di sole verdure.

FUNGHI SU PANE TOSTATO CON TORTA DEL CASAR

C'è chi il formaggio lo adora e chi lo odia. Personalmente, io lo amo così tanto che potrei letteralmente vivere di formaggio! Be', mi servirebbe anche un po' di sherry, ma tutti dobbiamo bere per sopravvivere, no? Comunque, tra i formaggi per cui ho un debole, la Torta del Casar è uno dei miei preferiti: credo sia uno dei migliori formaggi al mondo. È a base di latte di pecora, ha una consistenza setosa e cremosa, un aroma deciso e un gusto ricco e leggermente sapido. Ha una punta di amaro che si bilancia bene con la sua cremosità. Tagliare la parte superiore di questo formaggio per rivelare la cremosità al suo interno è un'esperienza magica: è come una fonduta a temperatura ambiente! Fidatevi, questa ricetta è davvero paradisiaca. Come potete vedere nella foto, c'è più formaggio che funghi. Divino.

INGREDIENTI

8 fette piccole di pane bianco
rustico tostato
3 cucchiaini di olio d'oliva
400 g di funghi misti spezzettati
2 spicchi d'aglio
affettati finemente
le foglie di 5 steli di timo
140 g di Torta del Casar
a temperatura ambiente
sale marino in fiocchi
steli di timo, per guarnire

Scaldare una padella su fuoco medio-alto. Condite il pane con un po' di olio su entrambi i lati e tostatelo in padella finché è dorato, se necessario in più riprese, poi mettetelo da parte e cospargete con un po' di sale marino in fiocchi.

Rimettete la padella vuota sul fuoco, alzando appena la fiamma. Versateci l'olio rimasto e, quando è caldo, unite i funghi. Cuocete per 3-4 minuti finché sono leggermente dorati, poi aggiungete l'aglio e le foglie di timo e proseguite la cottura per altri 2 minuti, finché tutto sarà dorato e caramellato.

Distribuite i funghi sulle fette di pane tostato, cospargete con gli steli di timo, quindi versateci sopra la Torta del Casar e servite.

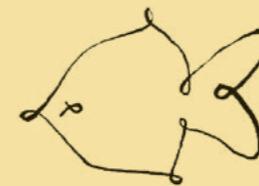
SUGGERIMENTO

La Torta del Casar deve essere molto stagionata perché la si possa versare con il cucchiaino. Se non è cremosa come vorreste, distribuitela a cucchiainate sul pane e poi passate sotto il grill caldo per 10-20 secondi per far sciogliere un po' il formaggio.



PESCE
E FRUTTI
DI MARE





I ricordi di quando andavo a pescare con mio padre sono impressi per sempre nella mia mente. Il mio paese nella campagna spagnola si trova nei pressi di un bel fiume lungo e sinuoso, il Tago, e spesso ci andavamo a pescare insieme. Ci vogliono solo venti minuti a piedi per arrivare al fiume dal centro cittadino, ed è una splendida passeggiata, soprattutto in primavera, quando è tutto un tripudio di fiori. In genere il fiume è ampio, in alcuni punti molto profondo, e guardarlo scorrere è quasi ipnotico.

In Spagna, ogni paese ha la sua Vergine patrona, che veglia su ogni cosa, e la nostra è "La Virgen del Río" (la Vergine del fiume). È tradizione che tutti gli abitanti si incammino insieme lungo le vecchie stradine di campagna che conducono al fiume la prima domenica di maggio di ogni anno per la *Fiesta de la Virgen* (ogni scusa è buona!): è un posto bellissimo e speciale.

Dalla cappella, il panorama sul corso d'acqua e sull'area circostante è un vero spettacolo. Di norma il livello dell'acqua si abbassa in estate e rimane così fino in autunno inoltrato, quando riprendono le piogge, ma è ancora possibile pescare. In passato, io e mio padre pescavamo tutto l'anno, perché di pesce ce n'era tantissimo e non esistevano restrizioni o limitazioni. Prendevamo un piccolo e gustoso pesce d'acqua dolce locale, la *tenca* (la tinca), a cui era dedicata una festa locale nei vari paesi della zona. Un anno ho anche ricevuto la *Tenca de Oro*, in onore del mio lavoro di promozione dell'Estremadura e di tutti i suoi meravigliosi prodotti. Un altro pesce che eravamo soliti pescare era il persico trota, o *black bass*. Dalle mie parti il dialetto è molto marcato, l'equivalente di un forte accento scozzese nel Regno Unito, quindi la gente lo chiama "blas blas", che a sentirlo suona più come "bla bla": non so perché, ma è una cosa che mi fa sempre sorridere.

Ho anche avuto la fortuna di pescare in mare, e alcune esperienze sui pescherecci sono state indimenticabili. Non molto tempo fa ho fatto un'escursione di pesca in Norvegia a caccia di skrei, i merluzzi nordici. L'acqua del mare è freddissima e i pesci lottano con la forza delle correnti, così diventano grandi, forti e polposi. L'acqua è cristallina, e gli esemplari che si prendono sono una vera bellezza. In Norvegia il tema dell'ecologia è particolarmente sentito, e la gente è consapevole della necessità di mantenere corrette quantità di pesce, un rispetto per il mare che mi ha colpito molto. Sapere cosa sta dietro a tutti i prodotti che mangiamo è fondamentale, e io sono un grande sostenitore della pesca responsabile. Al pari della carne, quando cucino a casa o al ristorante, voglio sempre conoscerne la provenienza, oltre a sapere come è stato pescato.

GAMBERI IN DUE MODI

Credo che tutti amino i gamberi e che ognuno abbia le sue versioni preferite. Queste due ricette sono il modo di prepararli che amo di più: io li adoro così. Qualche anno fa stavo cucinando a casa mia, a Talaván, divertendomi con la mia famiglia. I bambini (li chiamo ancora così, ma ormai il più piccolo ha vent'anni), non riuscivano a decidersi su come volevano i gamberi: li avevo proposti alla griglia o *al ajillo*. Mi piace sempre vederli felici, quindi alla fine li ho fatti in entrambi i modi. Sono due ricette e metodi semplicissimi, ma a modo loro sono anche sorprendenti: un po' come i bambini, i miei nipoti e le mie nipoti! Niente preferenze nemmeno qui!

GAMBERONI ALLA GRIGLIA

PER 4 COME TAPA

TEMPO: 15 MINUTI

INGREDIENTI

12 gamberoni o gamberi grandi non sgucciati
2 cucchiaini di olio d'oliva
il succo di ½ limone
sale marino e pepe nero macinato fresco

Preparate un barbecue con carbonella di buona qualità, accendetelo e aspettate che sia molto caldo. In alternativa, potete scaldare una griglia su fuoco alto.

Irrorate i gamberi con l'olio, salate e pepate generosamente e poi cuoceteli sul barbecue o sulla griglia per 4-6 minuti, girandoli una volta finché diventano interamente rosa.

Trasferiteli su un piatto e spremeteci sopra il succo di limone. Servite subito, e non dimenticate di succhiare le teste per gustare tutti i deliziosi succhi.

GAMBERI CON AGLIO E PREZZEMOLO

PER 4 COME TAPA

TEMPO: 15 MINUTI

INGREDIENTI

300 g di gamberi grandi
100 ml di olio d'oliva
2 spicchi d'aglio tritati finemente
un pizzico di pimentón de la Vera piccante
le foglie tritate di una manciata di prezzemolo
pane, per servire

Sgucciate i gamberi, poi passate la punta di un coltello affilato lungo il dorso di ognuno per togliere il filetto nero. Tamponateli con carta da cucina per asciugarli.

Scaldare l'olio in una padella a fondo spesso su fuoco alto e cuoceteci i gamberi per 2-3 minuti o finché diventano interamente rosa, girandoli una volta. Unite l'aglio e il pimentón e cuocete ancora per qualche secondo, poi versate in una ciotola calda. Cospargete con il prezzemolo e mescolate per rivestire il tutto. Servite con pane croccante.



CARNE





La cosa più importante della carne è la qualità. Quella che acquisto per cucinare a casa e nei miei ristoranti è il frutto di una ricerca meticolosa, e mi accerto sempre con cura della sua provenienza. È fondamentale sapere da dove viene la carne che mangiamo, come sono stati trattati e curati gli animali, come e con cosa sono stati nutriti, quanto movimento hanno fatto e via dicendo.

Gli animali sono una parte essenziale della nostra vita, della nostra cultura e della nostra economia. Mangiare carne va bene, ma è importante cercare di procurarsi quella della migliore qualità possibile. Le politiche alimentari cambiano nel corso del tempo, e mangiare carne solo per il gusto di mangiarla non ha più senso. Oggi in molti la evitano del tutto, spesso per un senso di responsabilità sociale più ampio e perché in giro si trova molta carne di scarsa qualità. Credo che per essere carnivori responsabili sia imprescindibile conoscere il più possibile ciò che mangiamo. Se vogliamo continuare a gustare con piacere la carne, dobbiamo rifornirci di un prodotto che sia davvero ottimo. È inevitabile che questo abbia un costo un po' più alto, ma nell'ottica del gusto vale la pena spendere un po' di più in cambio di qualità.

Nel mio paese, quando ero bambino, aspettavo con ansia il periodo natalizio per molti motivi, uno dei quali erano i regali dei Re Magi il 6 gennaio, il giorno dedicato a *los Reyes Magos*. Ma soprattutto mi piaceva vedere tutta la famiglia riunita per la "*matanza del cerdo*", l'uccisione del maiale. Nella mia famiglia era una cosa che si faceva sempre in inverno, verso Natale, e invitavamo amici e parenti che arrivavano da tutta la Spagna per dare una mano con la macellazione e la preparazione di insaccati, salsicce, *jamón* e così via. Ogni volta, le operazioni iniziavano già alle 5:30 del mattino, in un'atmosfera silenziosa, tra foschia e rugiada. Era un giorno dell'anno incredibilmente speciale, perché mangiavamo e bevevamo tutti insieme per tutto il giorno, chiacchierando e divertendoci. Ricordo come fosse ieri l'odore del fumo che usciva dai camini, e quanto era emozionante ritrovarci tutti riuniti. Uno dei motivi principali per cui si organizzava la *matanza* era produrre alimenti per la nostra famiglia, la famiglia allargata e gli amici per tutto l'anno successivo. Sono ricordi davvero preziosi.

CROSTONI CON PATATERA, MANCHEGO E MIELE

La patatera è un chorizo tipico della mia zona, in Estremadura. Si prepara mescolando grasso di carne di maiale di qualità con patate e spezie varie. Posso dirvi che il primo della stagione è sempre superb: in quella fase è così fresco e morbido che si può spalmare in uno strato spesso sul pane tostato, ed è proprio così che lo gustavamo in famiglia. Vi passo questa ricetta esattamente come la facevamo noi, perché dovete assolutamente sapere quanto è buona. Trovare una buona patatera a Londra può essere complicato, ma andranno bene (o quasi!) anche la *sobrasada* o la *'nduja*. Un altro fantastico modo di mangiarla è avvolgerla nell'alluminio e metterla sul barbecue caldo: è una cosa che mi riporta all'infanzia nella nostra fattoria di Talaván: io in piedi accanto al fuoco, una patatera nell'alluminio e del pane già pronto in attesa! È semplice ma squisito.

INGREDIENTI

1 cucchiaio di olio d'oliva
8 fette piccole o 4 grandi
di pane croccante
leggermente raffermo
200 g di patatera spellata
80 g di manchego a scaglie
miele, per irrorare

Scaldate l'olio d'oliva in una padella su fuoco medio e rosolateci il pane circa 2 minuti per lato, finché sarà dorato. Spalmate la patatera sul pane tostato, quindi distribuiteci sopra le scaglie di manchego e irrorate con un filo di miele. Servite subito.



COSTOLETTE DI AGNELLO DORATE CON INSALATA DI ZUCCHINE AL LIMONE

Questo è il piatto preferito di mia madre, ma a dire la verità a casa mia piace proprio a tutti. In genere le costolette si fanno sulla griglia o sul barbecue, ma qui le ho fritte per ottenere una bella crosticina croccante.

Perfette per un picnic, sono buonissime anche fredde, intinte nella maionese. In questo caso abbiamo usato un agnellino da latte; se ne utilizzate uno più vecchio, potreste voler togliere un po' di grasso. Ma, come dico sempre, il sapore è nel grasso!

INGREDIENTI

2 carré di agnellino tagliati in 6 costolette ciascuno
3 cucchiaini di olio d'oliva, più 75 ml per friggere
la scorza grattugiata finemente e il succo di 1 limone
3 steli di timo limone
2 spicchi d'aglio schiacciati
2 cucchiaini di semi di coriandolo pestati in un mortaio
2 manciate di farina
2 uova da allevamento all'aperto leggermente sbattute
sale marino e pepe nero macinato fresco

INSALATA DI ZUCCHINE AL LIMONE

4 zucchine affettate fini per il lungo
1 cucchiaino di olio d'oliva
½ cucchiaino di peperoncino in scaglie
200 g di piselli freschi sgranati
200 g di fave fresche sgranate
il succo di 1 limone
una manciata di menta
4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
100 g di formaggio vaccino fresco (pag. 38) o feta o formaggio di capra sbriciolati

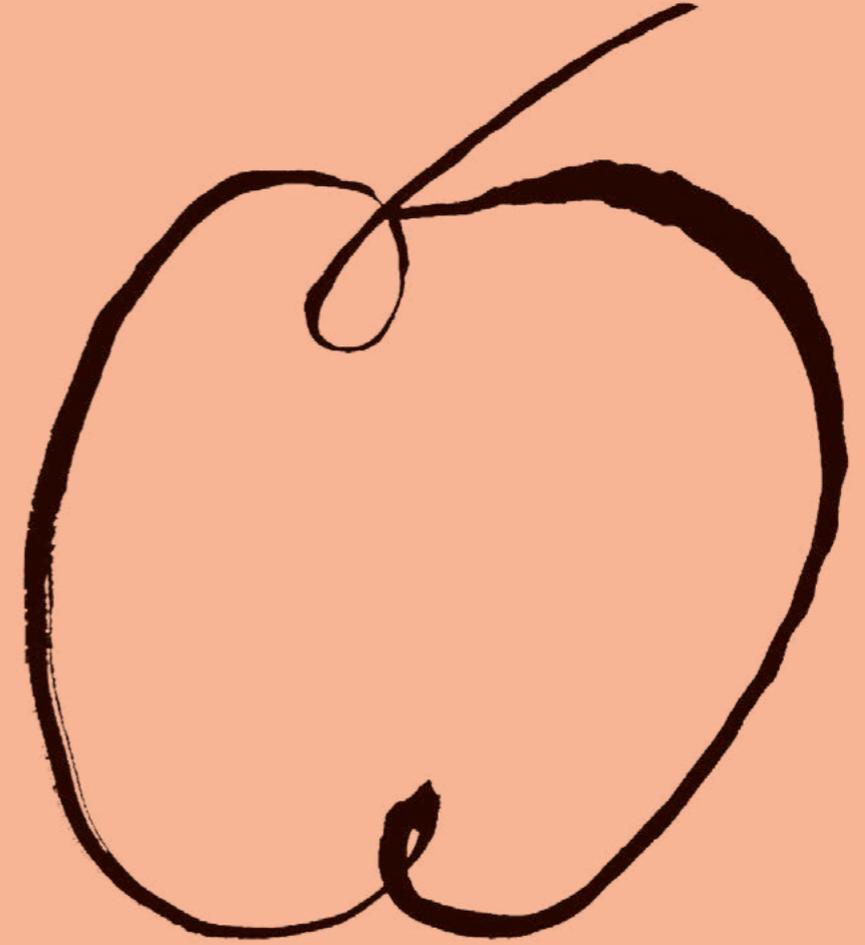
Disponete le costolette di agnello in un piatto grande. In una ciotolina, mescolate i 3 cucchiaini di olio d'oliva con la scorza e il succo di limone, il timo limone, l'aglio e i semi di coriandolo. Versate il composto sulla carne e condite con abbondante pepe nero macinato al momento. Mescolate per rivestire il tutto e lasciate marinare per tutta la notte in frigorifero.

Il giorno successivo, scaldate i 75 ml di olio in una padella grande su fuoco vivo finché lo vedete luccicare. Togliete l'agnello dalla marinata. Mettete la farina in una ciotola poco profonda, conditela e tenete pronte le uova sbattute in una seconda ciotola. Lavorando in più riprese, passate le costolette nella farina condita e poi nell'uovo, quindi tuffatele direttamente nell'olio caldo. Friggete per 2-3 minuti, poi girate e friggete dall'altro lato finché sono dorate. Mettete da parte su un piatto rivestito di carta da cucina e tenete in caldo mentre friggete le altre costolette.

Nel frattempo, preparate l'insalata. Mescolate in una ciotola capiente le zucchine con l'olio e il peperoncino. Mettete una griglia su fuoco vivo e scottateci le fette di zucchini da entrambi i lati, poi trasferitele in una ciotola di portata. Sbollentate i piselli e le fave per 2-3 minuti, scolateli e aggiungeteli nella ciotola, insieme al resto degli ingredienti dell'insalata. Mescolate il tutto, salate, pepate e servite con le costolette di agnello dorate.



DOLCI





In Spagna, o perlomeno nella mia famiglia, i dolci si preparano soprattutto quando c'è qualcosa da festeggiare. Probabilmente il palato degli spagnoli è più salato rispetto a quello degli inglesi, anche se c'è comunque chi ama molto i dolci. Forse a giocare un ruolo in questo senso potrebbe essere il clima, perché in genere si tende ad aver voglia di dolci quando fa più freddo, o magari è solo questione di una diversa cultura del cibo. Personalmente, dopo cena io preferisco sempre un piatto di formaggio seguito da un po' di cioccolato fondente, rispetto a una grossa fetta di torta. Mi piace pensare che il motivo sia che, come dico spesso, "sono già abbastanza dolce di mio", ma lascio a voi l'ultima parola! Peter, il mio compagno, invece ADORA i dolci. In famiglia lo definiamo un gran goloso. Credo sia una cosa che ha preso da sua madre, Hilda. Anche lei era molto golosa, oltre che un'eccezionale pasticceria. Le sue Victoria sponge cakes e le sue torte al cioccolato erano straordinarie. Anche al ristorante ho notato che c'è chi non vede l'ora di arrivare al dessert, mentre altri sono più orientati verso un po' di formaggio... e ancora un altro po' di vino, naturalmente.

Era sempre bello quando mia madre Isabel preparava un dolce. In genere faceva qualcosa utilizzando il miele intenso e aromatico delle api di mio padre, che lui teneva nell'orto. Ricordo che preparava i *coquillos* (li troverete in questo capitolo) e mi torna alla mente quanto mi piaceva l'aroma del miele caldo e quella dolcezza che si sprigionava nell'aria, riempiendo tutta la casa. Mi veniva l'acquolina in bocca e andavo subito a indagare. Le ricette di questo capitolo sono alcuni dei migliori dolci che preparavano i miei familiari o gli amici quando ero piccolo. Ovviamente non poteva mancare la torta di mandorle di Peter, un dolce che adoro e che è sul menù di tutti i miei ristoranti, dove è uno dei classici più amati.

REPÁPALOS AL CARDAMOMO E ARANCIA

I *repápalos* sono immancabili a casa nostra nel menù di Isabel nel periodo pasquale. Anche mia sorella Isabel li fa molto bene. Negli anni ha affinato la tecnica, e ora ha un metodo super collaudato. Ho notato che mette sempre in infusione nel latte la cannella e la scorza d'arancia, stando attenta a non aromatizzare il pangrattato. In questa ricetta ho scelto una combinazione di sapori diversa: mi piace l'intensità di cardamomo e vaniglia insieme. Mia sorella (ma anche mio fratello) direbbe di gustarli caldi, ma a me piacciono molto freddi. Comunque li serviate, è un dessert di sicuro successo.

INGREDIENTI

4 uova da allevamento all'aperto
1 cucchiaino di estratto di vaniglia
100 g di pangrattato di pane bianco fresco
75 g di zucchero, più altro per spolverare
1 litro di olio d'oliva, per friggere

LATTE SPEZIATO

300 ml di latte intero
3 baccelli di cardamomo
la scorza di 1 arancia prelevata a strisce

Sbattete in una ciotola le uova, la vaniglia, il pangrattato e lo zucchero per ottenere una pastella, poi mettetela da parte per 30 minuti.

Per il latte speziato, versate il latte in una casseruola su fuoco medio. Aggiungete il cardamomo e la scorza d'arancia e scaldate per 5 minuti, poi lasciate da parte in infusione.

Versate l'olio per friggere in una pentola grande su fuoco medio-alto. Scaldate l'olio a 180°C o, se non avete un termometro, finché un cubetto di pane si dora in 20-25 secondi. Quando l'olio è caldo, versateci delle palline (circa 2 cucchiaini) di pastella e friggetele 3-4 minuti per lato finché sono dorate. Tenete da parte su un piatto rivestito di carta da cucina mentre friggete il resto.

Filtrate il latte e scaldatelo di nuovo. Servite i *repápalos* dorati nel latte speziato e spolverate con altro zucchero.





COQUILLOS CON SCIROPPO DI MIELE ALLA LAVANDA

I *coquillos*, noti anche come *pestiños* in altre zone della Spagna, sono una prelibatezza golosa e dolcissima che mia nonna preparava per le occasioni speciali. Dioni, la nostra vicina di casa, che era sempre indaffarata in cucina, a volte ce li portava perché li gustassimo anche noi. Mia madre usava la lavanda essiccata come deodorante naturale per ambiente, oppure preparava sacchetti di lavanda da mettere nell'armadio o sotto il cuscino, ma non ha mai aggiunto la lavanda al miele quando faceva i *coquillos*. Però fidatevi di me: con l'aggiunta di un po' di lavanda il risultato sarà davvero spettacolare!

INGREDIENTI

125 ml di olio
extravergine d'oliva
la scorza di 1 arancia
prelevata a strisce
la scorza di 1 limone
prelevata a strisce
2 anici stellati
1 cucchiaino di zucchero
semolato
300 g di farina bianca forte,
più altra per spolverare
1 cucchiaino di cannella
in polvere
un pizzico di sale
125 ml di vino dolce
750 ml di olio di semi,
per friggere

SCIROPPO DI MIELE

175 g di miele
3 rametti di lavanda fresca
2 cucchiai d'acqua

Versate l'olio extravergine di oliva in un pentolino, unite la scorza di arancia e di limone e scaldate per 1-2 minuti su fuoco basso, poi togliete dal fuoco e aggiungete l'anice stellato. Mettete da parte per 20 minuti, poi filtrate l'olio e mettetelo da parte, conservando l'anice stellato.

Mettete l'anice stellato in un mortaio e pestatelo con lo zucchero fino a ottenere una pasta.

Mescolate in una ciotola la farina, la cannella e il sale, poi unite l'olio aromatizzato e la pasta di anice stellato. Lavorate con le mani, aggiungendo man mano il vino dolce, fino a ottenere un impasto morbido.

Rovesciate l'impasto su un piano di lavoro leggermente infarinato e lavoratelo per 10 minuti, poi mettetelo in una ciotola pulita e copritelo con un canovaccio umido. Lasciate riposare per 30 minuti-1 ora a temperatura ambiente.

Mettete gli ingredienti dello sciroppo in un pentolino su fuoco medio, scaldate per 5 minuti e tenete da parte.

Versate l'olio per friggere in una pentola su fuoco medio-alto. Scaldate l'olio a 170°C o finché un cubetto di pane si dora in 40 secondi.

Procedendo in più riprese, formate con l'impasto delle palline (di circa 20 g) e stendete ognuna in un disco sottile. Premete i lati opposti al centro e friggete subito nell'olio per 2-3 minuti. Mettete da parte su un piatto rivestito di carta da cucina mentre preparate gli altri.

Passate ogni *coquillo* nello sciroppo di miele alla lavanda, fate cadere quello in eccesso e servite.



MENÙ 1

Croquetas di nasello 79

Crostoni con patatera, manchego e miele 132

Tortilla alle fave 32

Riso e vongole 99

Natillas 190

PER 6

DUE GIORNI PRIMA

1. Preparate e surgelate le *croquetas*
2. Preparate i biscotti per le natillas e metteteli in un contenitore ermetico

IL GIORNO PRIMA

3. Preparate le natillas e mettetele in frigo

IL GIORNO STESSO

4. Cuocete la tortilla
5. Assemblate i crostoni
6. Friggete le *croquetas* da surgelate, aggiungendo 2 minuti in più al tempo di cottura
7. Cuocete il riso e vongole

MENÙ 2

Ostriche marinate 76

Insalata amara con petto d'anatra e mele con vinaigrette al polline 142

Ciliegie all'aguardiente con gelato al pistacchio 192

PER 4-6 PER PRANZO

ALMENO UN MESE PRIMA

1. Preparate le ciliegie all'aguardiente

DUE GIORNI PRIMA

2. Preparate la base per il gelato al pistacchio

IL GIORNO PRIMA

3. Lavorate il gelato e mettetelo in freezer
4. Marinare le ostriche

IL GIORNO STESSO

5. Cuocete l'anatra e assemblate l'insalata

MENÙ 3

Zuppa cremosa di aglio arrosto e latte con crostone al manchego e olive verdi 52

Spalla di maiale iberico al sugo di pomodoro con couscous al limone 166

Tarta de manzana casera 204

PER 6

IL GIORNO PRIMA

1. Preparate la zuppa e mettetela in frigo
2. Cuocete la carne e mettetela in frigo per la notte

IL GIORNO STESSO

3. Fate la tarta de manzana
4. Scaldate la spalla di maiale
5. Preparate il couscous
6. Preparate i crostoni e scaldate la zuppa

MENÙ 4

Gazpacho alle ciliegie 35

Cuchifrito con salsa
al limone confit 134

Insalata di pomodori,
barbabietole, fagioli bianchi
e melagrana 58

Pesche al rosmarino
con sorbetto alla vaniglia
e arancia 212

PER 6

IL GIORNO PRIMA

1. Preparete il gazpacho e mettetelo in frigo
2. Preparete le guarnizioni e mettete in frigo sotto un canovaccio umido o in contenitori ermetici
3. Cuocete in forno la carne per il cuchifrito e poi mettete in frigo per tutta la notte
4. Preparete la salsa al limone

IL GIORNO STESSO

5. Preparete l'insalata di pomodori, barbabietole, fagioli bianchi e melagrana
6. Friggete il cuchifrito
7. Cuocete le pesche e preparete il sorbetto

MENÙ 5

Topinambur saltati con jamón
ibérico e cavolo riccio 60

Brasato speziato di capra
con melanzane 136

Torta di Santiago con panna
al Pedro Ximénez 211

PER 6

IL GIORNO PRIMA

1. Brasate la carne, fate raffreddare e mettete in frigo per tutta la notte
2. Preparete la torta di Santiago e conservate in un contenitore ermetico

IL GIORNO STESSO

3. Scaldate la carne
4. Cuocete i topinambur con il jamón e il cavolo
5. Preparete la panna al Pedro Ximénez

