

ediciones
Lectio

PICA PICA

15 menús para comer con los dedos

De Toni Monné



El placer de chuparse los dedos con recetas de diversa procedencia y para todos los gustos que se pueden compartir en múltiples ocasiones

El libro plantea varias situaciones en las cuales el pica pica es la mejor opción para el menú, como por ejemplo comidas familiares, veladas con amigos, cenas informales ante el televisor u otras ocasiones especiales. Las recetas son muy variadas y se ha procurado que los ingredientes fueran asequibles y fáciles de encontrar en el mercado.

Un libro que nos hará replantear cuál es la manera más tradicional de comer y la que nos hace disfrutar más de la comida:

“Llego a la conclusión de que quizás lo que nos guste ahora de verdad sea poner nombres ingleses a las cosas de toda la vida. ¿Acaso no se comen con los dedos muchas de nuestras tapas y pinchos tradicionales? ¿Y los mariscos, los bocadillos, las croquetas?”

“Comer con los dedos nos acerca al corazón de la tierra. ¿No es acaso la comida uno de los grandes nexos de unión entre los seres humanos y los frutos que nos brinda la naturaleza?”

“La mayoría de las recetas de este libro tienen carácter mediterráneo. No hemos podido evitar proponer viajes culinarios que nos llevarán del sushi a las tortitas mexicanas; de los meze de Oriente Medio a las tradiciones del Magreb; de las frituras andaluzas al smörgåsbord escandinavo...”

“Así pues, la conclusión es clara: el hombre ha comido siempre con los dedos y lo sigue haciendo. Quizás por ello sintamos un placer especial al tener la posibilidad de prescindir de los cubiertos”

De la introducción de Toni Monné

Extractos del libro





#19
Páginas 42
**TELLINAS
AL VINO
BLANCO
Y TOMILLO**

Las tellinas son el pica-pica del mar por excelencia. Se las conoce también como «coquinas» y su nombre en latín es *Donax trunculus*. Se recogen durante la bajamar o con barcos de arrastre en muchas playas de las costas peninsulares y en algunos lugares, como el Delta del Ebro, son una especie protegida.

#20
Página 43
**ANCHOAS
RELLENAS**

Los libritos de anchoas son un clásico para comer con los dedos. Pueden rellenarse con multitud de ingredientes dependiendo de la imaginación de cada persona. En esta receta proponemos un relleno a base de miga de pan de molde, bien picada y aromatizada con stún de lata, queso parmesano y orégano, que se liga con unas cucharadas de leche y huevo batido.



#21
Página 43
**BROCHETAS
MINI DE
MEJILLONES
EMPANADOS
CON SALSA
PICANTE**

Estas pequeñas brochetas de mejillones resultan deliciosamente crujientes. Para obtener un resultado óptimo, los mejillones deben abrirse al vapor con una cocción breve, evitando que queden demasiado cocidos; de otra manera resultarían secos y con una textura gomosa. Una vez empanados, deben freírse en el sartén en aceite muy caliente durante unos segundos, lo justo para que se doren.



#22
Página 44
**SOPITA DE
GAMBAS A LA
MARSELLESA**

La bullabesa de Marsella es la sopa de pescado más famosa del mundo. Es un plato que preparaban los pescadores de la Provenza para aprovechar los pescados de roca que no habían vendido en el mercado, hirviéndolos largamente en un caldo hasta que la carne quedaba desmenuzada. Actualmente, los grandes restaurantes de la zona incorporan a la preparación pescados y mariscos de elevado precio.

#25
Página 44
**SOLDADITOS
DE BACALAO
EMPANADOS
AL HINOJO**

En la receta clásica de los «soldaditos de Fleix», el bacalao se reboza en una pasta de harina, huevo batido y un poco de levadura. En esta versión se rebozan con pan rallado para que queden bien crujientes después de la fritura. Reciben este curioso nombre porque su color recuerda a los uniformes de los soldados de los tercios españoles que vencieron en la batalla de Pavía en 1525.

#24
Página 45
**LANGOSTINOS
REBOZADOS
CON FIDEOS
CRUJIENTES**

El nombre italiano de *serenielli* ha hecho fortuna para designar a los fideos chinos de arroz. En realidad los *serenielli* son finísimos fideos de pasta y su nombre significa literalmente «suspiros». Los fideos de arroz chinos están elaborados con pasta de arroz y agua, y existen muchas variedades diferentes. Son muy populares en la cocina asiática como ingredientes de sopas, rollos y ensaladas.



SABOR A MAR



Recetas

#57

- 1 kg de mejillones
- 50 g + 1 cucharada de mantequilla
- 100 ml de cerveza
- 1 cebolla
- 1 tallo de apio
- 1 zanahoria
- 1 ramita de perejil
- 3 yemas de huevo
- tallos de cebollino
- mantequilla
- pimienta
- sal

CUCHARAS DE MEJILLONES CON SALSA BELGA

1. Limpiar el tallo de apio, retirarle los hilitos y cortarlos en pequeños cuadrados. Pelar la zanahoria y cortarla al mismo tamaño que el apio.
2. Calentar una cucharada de mantequilla en una sartén, echar los dados de apio y zanahoria y estofar a fuego muy lento durante 10 minutos. Si fuera necesario agregar más líquido, regar con un chorrito de cerveza. Salpimentar y reservar.
3. Limpiar los mejillones de barbas e impurezas y abrirlos en su propio vapor en una cazuela tapada. Cocer unos 5 o 6 minutos removiendo una o dos veces. Escurrirlos y reservar tres cucharadas del líquido de cocción.
4. *Elaboración del sabayón a la cerveza:* lavar y picar finamente el perejil y el cebollino. Batir las yemas en un cacito pequeño hasta que empiecen a aumentar de volumen. Entonces, poner el cacito dentro de otro cazo más grande con agua muy caliente o al baño María y echar la cerveza poco a poco y las dos cucharadas del líquido de cocción de los mejillones hasta obtener una salsa muy emulsionada. Salpimentar y agregar las hierbas aromáticas.
5. Esperar a que los mejillones estén tibios para desmenuarlos de sus valvas. Repartirlos en las cucharas chinas y cubrirlos con el sabayón a la cerveza. Servir enseguida.



#89

CAKE POPS

- PARA EL BIZCOCHO DE CHOCOLATE BLANCO
- 100 g de chocolate fondant blanco
 - 300 g de harina
 - 160 g de azúcar
 - 225 ml de leche
 - 1 huevo
 - 1 sobrecito de levadura en polvo

- PARA LOS CAKE POPS
- 120 g de chocolate fondant blanco
 - 125 g de bizcocho de chocolate blanco
 - 65 g de queso fresco de untar
 - ralladura de coco
 - bolitas de colores para decorar

1. *Elaboración del bizcocho de chocolate blanco:* fundir la mantequilla. Con ayuda de unas varillas, batir los huevos con el azúcar hasta que blanquee. Mezclarlos con la leche y la mantequilla fundida. Tamizar la harina con la levadura y agregarla a la preparación anterior. Incorporar el chocolate blanco rallado y mezclar.
2. Precalentar el horno a 180°C. Engrasar un molde para bizcochos y verter la preparación. Hornear a 180°C durante 35 minutos, retirar del horno y poner a enfriar sobre una rejilla.
3. *Elaboración de los cake pops:* desmenuzar 125 gramos de bizcocho de chocolate blanco en un bol. Agregar el queso fresco de untar y mezclar bien hasta obtener una masa húmeda. Formar bolitas del tamaño de una nuez y disponerlas en una bandeja separadas entre sí. Meterlas en la nevera durante un mínimo de 4 horas.
4. Trocear el chocolate y fundirlo al baño María. Sumergir el extremo de los palitos en el chocolate fundido y, luego, insertarlos en las bolitas de masa. Clavarlos en una base de corcho y esperar a que se enfríe el chocolate.
5. Luego, sujetándolos por los palitos, sumergir las bolas en el chocolate fundido de forma que queden bien cubiertas. Permitir que escurra el exceso de chocolate de las bolas y, antes de que el chocolate se enfríe, espolvorearlas con coco rallado o con caramellitos de colores.



El autor

Toni Monné es periodista y ha estado siempre vinculado a diferentes publicaciones de cocina y de gastronomía. Fundó y dirigió durante más de diez años, dos de las revistas de cocina más vendidas en España (*Cocina Fácil* y *Comer Bien*).

También ha dirigido la revista *Lecturas Especial Cocina*, la colección de minilibros “Con Mucho Gusto” y fue asesor editorial de *Comer y Beber*. Es autor de *Barcelona gastronomía y cocina* y coautor de los libros *Emoción en el plato*, *Del huerto a la mesa*, *Del bosque a la mesa*, *Quesos y Paisajes* y *Los mejores bocadillos del mundo*.

Ficha técnica

Título: *Pica pica*

Autor: Toni Monné

Páginas: 152

Número de ilustraciones: 60

Formato: 20 x 27 cm

Precio: 20.90 euros

ISBN: 978-84-16012-12-1

PRENSA LECTIO 977602591 / lectio@lectio.es