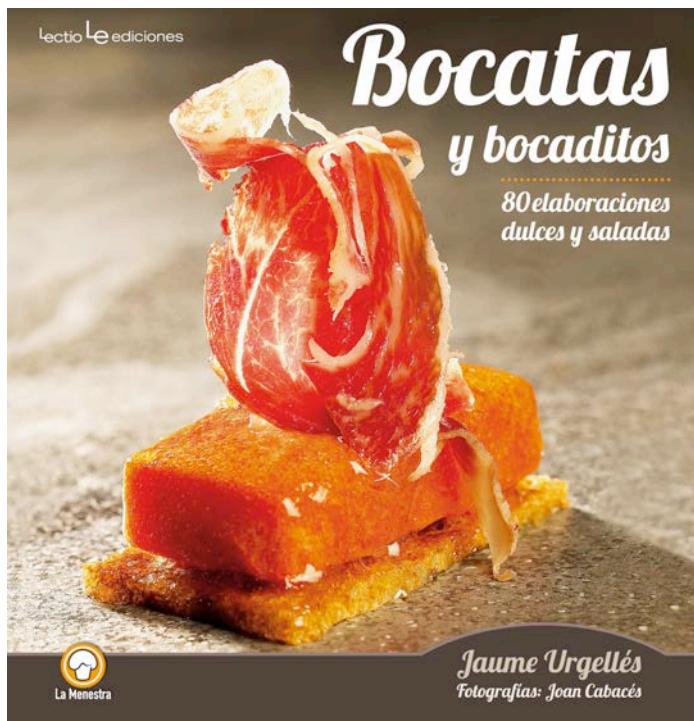


Bocatas y bocaditos

80 elaboraciones dulces y saladas

De Jaume Urgellés

Fotografías de Joan Cabacés



Un recetario con propuestas para una amplia variedad de ocasiones además de secretos sobre la elaboración del pan, el mundo de la cocina y la pastelería.

Además de las 80 recetas de bocadillos fríos, calientes, de tapas y de tapas y bocadillos dulces, el libro aporta información sobre lo que se consideran los orígenes del bocadillo y sobre la actualidad del mundo de la cocina y la pastelería, sin olvidar la base de prácticamente todas estas recetas, la elaboración de un buen pan. Así, encontraremos la receta de diferentes tipos de pan, con consejos y también un glosario con aquellos conceptos que pueden resultar más desconocidos.

Lo que encontraremos en el libro

Recetas con grandes fotografías



Huevos estrellados

Es uno de los bocadillos más suculentos y al mismo tiempo restringido para tomar de vez en cuando para algunos, ya que, dependiendo de su tamaño, la aportación de calorías puede ser considerable.

Preparación

Lavar bien las setas y laminarlas. Saltearlas con un poco de aceite y reservar. Cortar en trocitos muy pequeños (o mejor rallar) la trufa.

Poner en una sartén abundante aceite de oliva y calentar. Freír los huevos. Una vez fritos colocarlos sobre el pan, salar ligeramente y romperlos. Colocar las setas reservadas y la trufa rallada.

Apuntes

El pan puede escogerse el que sea más de agrado de cada uno, ya que es un manjar que combina con diferentes panes.

Respecto a las setas, también se pueden utilizar otras variedades de textura similar (textura blanda y sabrosa). La que recomendamos está catalogada como una de las mejores setas utilizadas en recetas culinarias.

Los huevos deben ser frescos y de un tamaño mediano o pequeño, vigilando que la yema quede al punto y no demasiado cuajada.

Para los huevos con puntilla es ideal freírlos con abundante aceite y bien caliente.

Ingredientes:

- **pan**
recomendado:
baguette integral
(véase el
recetario anexo
de panes)
- **huevos**
- **llegenegas o**
babosas negras
(*Hygrophorus*
limacinus)
- **trufa negra**
- **aceite de oliva**
- **sal**

Consejos

A tener en cuenta

Las harinas

Para hacer un buen pan las harinas deben ser las panificables y, según la receta, deben ser integrales o de otros cereales. Como todos los alimentos, suele haber harina de diferentes calidades y es conveniente conseguirlas buenas.

La masa madre

La masa madre es una elaboración sin grandes dificultades, pero sí de un proceso lento y constante, porque hay que ir reservándola y renovándola cada día. Desde estas líneas, el consejo es que compremos en una panadería pasta de pan ya elaborada y la dejemos reposar en una bolsa de plástico en la nevera de un día para otro. Para aquellas personas que quieran instruirse más en este proceso de masa es conveniente ilustrarse con libros específicos de panes y panadería.

La temperatura

La temperatura de las masas es importante para el desarrollo del pan. Oscilando algún grado, la temperatura debe estar sobre los 24 °C, aunque en estaciones más calurosas podemos poner agua fría. Incluso dependiendo de la cantidad de la masa y de una estación extremadamente calurosa, se pone parte del agua en forma de cubitos de hielo pequeños para mejorar su rendimiento. La temperatura de la fermentación también es muy importante, ya que si la masa en fermentación

Recetas para la elaboración de diferentes tipos de panes

Pan de Frankfurt

Ingredientes: 100 g de masa madre • 500 g de harina panificable • 30 g de azúcar • 20 g de margarina vegetal • 15 g de sal • 400 g de agua • 20 g de levadura

Preparación: amasar todos los ingredientes dejando la levadura para el final. Dejar reposar la masa 30 minutos tapada con un paño. Cortar las piezas de unos 90 g. Formar las barritas extendiendo un poco la masa y enrollándola hacia sí misma dándole la forma de la barrita. Dejar fermentar en la bandeja de hornear ligeramente untada con un poco de aceite. Dejar doblar el volumen y cocer a unos 220 °C.

Pan de maíz

Ingredientes: 100 g de masa madre • 200 g de harina de fuerza • 800 g de harina de maíz • 20 g de sal • 500 g de agua • 40 g de levadura

Preparación: amasar todos los ingredientes hasta que quede una masa bien unificada y fina. Dejar reposar la masa tapada con un paño durante 10 minutos. Formar las barritas y dejarlas en una lata ligeramente engrasada.

Fermentar durante 50 minutos, aproximadamente, y cocer a una temperatura de 220 °C aproximadamente.

Pan de molde

Ingredientes: 500 g de harina panificable • 10 g de sal • 20 g de azúcar • 25 g de levadura • 300 g de leche entera • 50 g de mantequilla

Glosario

Al dente. Punto de cocción en las pastas o verduras para que queden enteras.

Aliñar. Condimentar con aceites, vinagres u otros líquidos, principalmente ensaladas u otros preparados.

Amasar. Mezclar diferentes ingredientes, manualmente o a través de elementos mecánicos para obtener una masa homogénea.

Azúcar glasé. Azúcar molido que se utiliza para empolvar o para facilitar la fusión en el horno para glasear.

Azúcar lustre. Nombre que se da en el argot profesional al azúcar molido para espolvorear.

Azúcar volado. Azúcar tratado, dándole un punto de caramelo en la ebullición incorporándole glasa real, compuesta de claras y azúcar. Se suele dar forma de pequeños granitos para la decoración en repostería.

Baño maría. Sistema de cocción indirecto o mantenimiento en caliente de un producto que no pueda cocerse o calentarse a fuego directo. Se utiliza un recipiente con agua hirviendo para sumergir otro recipiente con la preparación que debe cocerse o mantenerse.

Brunoise. Corte en cocina que consiste en obtener daditos muy pequeños. Normalmente en vegetales.

Butifarra de perol. Tipo de longaniza especiada cuya carne se ha cocido antes de embucharla.

El autor

Jaume Urgellés Caba nace en Corbera de Llobregat en 1961. Empieza muy joven la vocación de pastelero, cursando los estudios en la Escola de Pastisseria del Gremi de Barcelona. A los 20 años ha acabado los estudios, haciendo al mismo tiempo todos los cursos monográficos anexos que se dan en la escuela. Su vocación por la gastronomía no acaba, sino que empieza por las bases de cocina a manos de Josep Lladonosa i Giró, con quien aprende a respetar la cocina y su vocación aumenta. Asiste a numerosos cursos especializados y presentaciones de los cocineros con más prestigio de la época. Es considerado profesor adjunto de pastelería, para posteriormente serle otorgado el máximo diploma de la Escuela de Pastelería como Maestro Pastelero. Imparte cursos por toda la geografía española. Es miembro organizador de concursos, apoyo logístico y preparador personal de algunos alumnos con una trayectoria brillante. Le es otorgado el premio al mejor repostero del año en los premios Nadal de Gastronomía. También es colaborador de varias revistas profesionales y fundador de la revista Escuela de Cocina. Trabaja como maestro de obrador, asesor de cátering y sigue dando cursos y talleres en diferentes escuelas de hostelería.

Ficha técnica

Título: *Bocatas y bocaditos*

Autor: Jaume Urgellés

Colección: La Menestra, 2

Páginas: 208

Número de ilustraciones: 87

Formato: 15,5 x 16 cm

Precio: 15,90 euros

ISBN: 978-84-16012-02-2

PRENSA LECTIO 977602591 / lectio@lectio.es