

## MENÚ UNO

### APERITIVO: TEMPURA DE LANGOSTINOS Y CALAMARES

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 12 Langostinos crudos.
- 2 Calamares medianos.
- 4 Cucharadas de harina.

ELABORACIÓN:

Pelar los langostinos dejando la colita, reservar, limpiar los calamares y cortarlos a rodajitas, reservar. Poner la harina en un bol, añadir sal, mezclar con agua muy fría hasta que tenga consistencia para rebozar el pescado. Poner una sartén con aceite caliente e ir friendo. Servir caliente. Si quiere puede acompañar con alguna salsa.



### ENTRANTE: ENSALADILLA BELLA ANA

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 3 Patatas medianas.
- 100 Grs. de judías verdes.
- 1 Latita pequeña de guisantes.
- 200 Grs. de gambas peladas.
- 1 Calamar.
- 1/2 Kgr. de mejillones.
- 200 Grs. de merluza limpia.
- 1 Colita de rape.
- 2 Huevos cocidos.

ELABORACIÓN:

Abrir los mejillones y reservar, colar el agua y cocer las gambas, pelarlas y reservar, cocer el calamar, la merluza y la colita de rape, cortar en trocitos pequeños y reservar. Cocer las patatas y las judías verdes en el agua de cocer los pescados. Cortar en trocitos del mismo tamaño que el pescado. Mezclar todos los ingredientes con los huevos cocidos. Preparar una mayonesa y mezclar todo, servir en una fuente adornando con rodajas de huevo y tiras de pimiento piquillo o lo que más le guste.



### PESCADO: LOMOS DE MERLUZA CON ESPINACAS

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 4 Lomos de merluza.
- 200 Grs. de espinacas, (mejor natural).
- 1 Calabacín.
- 1 Zanahoria.
- 4 Espárragos.
- Sal y aceite

ELABORACIÓN:

Limpiar muy bien las espinacas. Hacer bastones con la zanahoria, el calabacín y los espárragos, poner una sartén con aceite de oliva y saltear las verduras dejándolas al dente. En otra sartén dorar los lomos de merluza, 3 ó 4 minutos por cada lado. Presentar en el fondo del plato las verduras, poner encima el lomo de merluza y adornar con las hojas de espinacas.

7 €

Precio orientativo por persona

## MENÚ DOS

### APERITIVO: CUCHARITA DE MEJILLÓN CON HUEVO DE CODORNIZ

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 1/2 Kgr. de mejillones.
- Medio pimiento verde y rojo.
- Media cebollita.
- 1 Tomate rojo.
- Sal, aceite, vinagre.
- Tostadas de pan.

ELABORACIÓN:

Abrir los mejillones y reservar, preparar una vinagreta con el resto de los ingredientes y mezclar con lo mejillones. Escalfar el huevo de codorniz en agua con un chorrito de vinagre. Presentar en una cucharita un mejillón con su vinagreta, encima el huevito y poner la tostada.



### ENTRANTE: ALCACHOFAS RELLENAS DE BOGAVANTE

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 12 Alcachofas.
- 1 Bogavante.
- 3 Ajos.
- 1 Vaso de tomate natural.
- Queso rallado.
- Unas huevas de salmón para adornar.

ELABORACIÓN:

Limpiar las alcachofas y cocerlas en agua hirviendo con sal unos 2 minutos, dejarlas hasta que se enfrién. Cocer y limpiar el bogavante. Sofreír los ajos y el tomate natural, añadir el bogavante. Rellenar las alcachofas en las que previamente con una cuchara habremos hecho hueco. Colocarlas en un plato, rallar un poco de queso por encima y adornar con las huevas de salmón, añadir unas gotas de vinagreta, (aceite, módena y sal). Este plato se sirve templado o frío. Se puede hacer una salsa marinera y poner en el fondo del plato las alcachofas encima, adornar con algún brote tierno, en caliente.



### PESCADO: RAGOUT DE RAPE, LANGOSTINOS Y ALMEJAS

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 600 Grs. de rape.
- 250 Grs. de langostinos.
- Un manojo de espárragos trigueros.
- 2 Setas, (las que te gusten).
- 2 Puerros.
- Media cebolla pequeña.
- 1 Vaso de caldo de pescado.

ELABORACIÓN:

Dorar los tacos de rape en una sartén con un poco de aceite, saltear los langostinos y los trigueros, meter al horno durante 5 minutos. Cocer los puerros y la cebolla, cuando casi esté, añadir el caldo, triturarlo todo para que quede una crema. Presentar en el fondo del plato la crema, colocar encima el rape con los langostinos y los trigueros, adornar con unas rodajas de seta, un adorno de cebollino también le irá muy bien.

9 €

Precio orientativo por persona

## MENÚ TRES

### APERITIVO: LANGOSTINOS CON SALSA

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 1/2 Kgr. de langostinos cocidos, (20 piezas).
- Salsa mayonesa, tártara, cóctel, rosa, etc. (se pueden comprar preparadas).
- 2 Huevos cocidos triturados.
- Almendras picaditas, hiervas aromáticas, etc.

ELABORACIÓN:

Poner una bandeja honda y grande con hielo en escamas o picado. Pelar los langostinos dejando la colita sin pelar. Colocar dentro una fuente con los langostinos pelados. Colocar alrededor bandejitas con las salsas, mojar los langostinos en las salsas y después en huevo o almendras.



### ENTRANTE: OSTRAS GRATINADAS

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 16 Ostras.
- Aceite de oliva.
- 1 Taza de leche desnatada.
- 200 Grs. de espinacas cocidas.
- 1 Cucharada de harina.
- Queso rallado.

ELABORACIÓN:

Poner una sartén con aceite de oliva, añadir la harina, dejar tostar un poco y añadir la leche poco a poco, dejar cocer hasta que espese, sin dejar de remover. Añadir las espinacas y las ostras troceadas. Rellenar las conchas con la mezcla, espolvorear con queso rallado y gratinar en el horno.



### PESCADO: RODABALLO CON SALSA DE ALMENDRAS

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 1 Rodaballo de 1 kgr. en 4 filetes.
- 4 Chalotas o una cebolla.
- 200 Grs. de almendras enteras.
- 2 Cucharadas de harina.
- 2 Vasos de fumé de pescado.
- Sal y pimentón dulce al gusto.

ELABORACIÓN:

Picar finas las chalotas y rehogarlas en un poco de aceite, agregar las almendras y dorarlas, añadir la harina, el caldo y dejar que espese, añadir los filetes de rodaballo y dejar cocer 10 minutos. Rectificar de sal. Servir caliente espolvoreado de pimentón dulce.

12 €

Precio orientativo por persona

