

Índice

11

A propósito de este libro

13

Hay que tener en cuenta

14

Mauro Colagreco

Restaurante Mirazur

Menton

Pain de partage

18

Heston Blumenthal

The Fat Duck

The Hinds Head

Bray-on-Thames

Scotch eggs

22

Andoni Luis y Haritz Adúriz

Restaurante Mugaritz

Errentería

La tortilla de patatas y trufa de Haritz y Andoni

26

Carles Gaig

Restaurante Gaig

Barcelona

Los macarrones del cardenal

30

Peppe Guida

Antica Osteria Nonna Rosa

Vico Equense

Delicato sorrentino

34

Franck Giovannini

Restaurante Hôtel de Ville

Crissier

Raviolis de rebozuelos y otras setas

38

Rocco Iannone

Restaurante Pappacarbone

Cava de' Tirreni

Canelones de quesos, patata y rúcula con mejillones y tomates

42

Joan Roca

Restaurante El Cellar de Can Roca

Girona

Jardín de berenjena y verduras

46

Paquita y Lolita Rexach

Restaurante Hispània

Arenys de Mar

Guisantes guisados con butifarra y costilla de cerdo

50

Bart de Pooter

Restaurante Pastorale

Reet

Ensalada de gambitas y tomates de colores

54

Carme Ruscalleda

Restaurante Sant Pau

Sant Pol de Mar

Arroz jugoso de gamba

58

Mathias Dahlgren

Matsalen/Matbaren

Grand Hôtel

Estocolmo

Nuggets de pollo con ketchup casero de tomate

62

Pedro Subijana

Restaurante Akelarre

Sant Sebastián

Chipirones “cebra” con crema de cebolla y parmesano

66

Georges Blanc

Restaurante Georges Blanc

Vonnas

Pollo de Bresse a la crema

70

Juan Mari y Elena Arzak

Restaurante Arzak

San Sebastián

Tarta de manzana con aceitunas

74

Hans Haas

Restaurante Tantris

Munich

Pancakes con mermelada de albaricoque

78

Romain, hijo del chef Benoît Violier

Restaurante Hôtel de Ville

Crissier

Un *clafoutis* de cereza

82

Jean-André Charial

L'Oustau de Baumanière

Les-Baux-en-Provence

Crepe suflé, a la memoria del señor Thuillier

86

Martín Berasategui

Restaurante Martín Berasategui

Lasarte-Oria

Torrijas, muy fáciles

90

Javier de las Muelas

Dry Martini

Barcelona

Tropical Bird

A propósito de este libro

Cocinar en familia nace con la voluntad de animar a los padres a cocinar con sus hijos. No tanto para que aprendan a preparar y a cocer los alimentos como para que padres e hijos compartan un rato relajado y divertido ante los fogones. Hay una cosa —por otro lado, muy sugestiva— que hace que este recetario sea poco convencional, distinto de la mayoría de los libros de cocina para niños: las recetas pertenecen a grandes cocineros. Cada chef ha elegido una y la ha adaptado para que los niños puedan participar en su elaboración junto con sus padres.

En este primer libro, veinte de esos grandes cocineros nos explican lo que hay que hacer y... ¿quién sabe?, a lo mejor os gusta tanto que tendremos que preparar el segundo dentro de unos meses, con las deliciosas recetas que nos han mandado otros veinte chefs y que aguardan a que las preparéis todos juntos.

En resumen, son cuarenta grandes profesionales de la gastronomía a quienes admiro. Algunos, además, son buenos amigos. Treinta y siete cocineros, dos pasteleros y un *cocktailman* que nos cautiva, artesano de emociones en el universo de la coctelería. Los conozco desde hace años. Su obra me resulta profundamente familiar. Es un placer que participen en este proyecto. Se lo agradezco de todo corazón. Una prodigiosa ensalada de recetas para disfrutar cocinando con vuestros hijos.

En cocina, los aromas preceden, nos mantienen sobre aviso. Son las primeras señales del gusto. Y a menudo nos transportan al pasado. Proust idealizó esa percepción en el recuerdo de una magdalena.

De niños descubrimos, poco a poco, sabores nuevos. Identificándonos con ellos se va conformando nuestro gusto. Edu-

carlo es fomentar el sentido de la observación. Conocer y amar lo que nos es cercano se convierte en un reto preciso.

El vínculo más estrecho con la naturaleza se establece cuando comemos. Cada estación nos descubre paisajes distintos. El paso de las estaciones es una asignatura sorprendente. Para seguirla no hace falta ningún manual, simplemente curiosidad. El libro de las nociones esenciales es la propia naturaleza. Ni supuestos ni razones sirven para cultivar el gusto y la sensibilidad.

Comer es una de las formas de sensualidad más civilizadas. Nos ofrece una mirada prodigiosa de la vida, un marco amplísimo de percepciones. Un mundo sin gustos, sin aromas, sin diferencias, sería triste e insensible. Tenemos al alcance una excelente manera de acercar la naturaleza a los más pequeños: cocinar, una auténtica lección de vida.

A los niños les gusta ayudarnos. Suelen imitar lo que hacemos. Quieren probar lo que nosotros probamos. Pau, mi nieto, que tiene el don de cautivarme, a menudo ayuda a su madre a hacer magdalenas. Muchos de vosotros ya os habréis dado cuenta de lo mucho que complace a los chiquillos echar una mano a sus padres. Un gesto o una simple mirada los estimula mucho más de lo que podemos llegar a imaginar. Lo más precioso que podemos ofrecer a los hijos es tiempo. Hay que buscar espacios de libertad para estar a su lado. Y no escatimar jamás una palabra para decirles que los queremos. Este es el propósito de este libro. El afecto es inaplazable.

Las comidas siempre han sido una parte entrañable del entorno familiar. Jamás deberían desaparecer las viejas y enterredoras costumbres.



Hay que tener en cuenta

Conforman este libro veinte recetas de reconocidos chefs de los mejores y más prestigiosos restaurantes de Europa, y cada una de ellas ha sido seleccionada especialmente para esta obra.

Cada restaurante, cada chef, constituye un capítulo del libro. Veinte capítulos, pues, encabezados por el nombre de cada cocinero y de cada establecimiento; la receta del plato que nos propone, explicada por pasos progresivos marcados con cucharas de colores y con distinto color de tinta según si los tienen que seguir los adultos o si los pueden realizar los niños con o sin supervisión; los ingredientes que nos hacen falta; una relación de los instrumentos y utensilios necesarios para su elaboración; un comentario sobre el chef y el restaurante que presenta el plato; una breve reseña sobre el plato e información sobre alguno de los productos que lo componen.

Antes de empezar a elaborar el plato, es importante que padres e hijos comentemos juntos lo que queremos preparar, lo que haremos nosotros, lo que harán ellos y lo que les gustaría

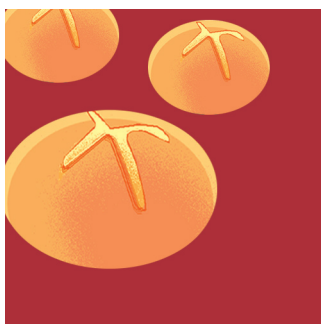
hacer. Si los padres lo creen conveniente, se puede modificar la atribución de los pasos que se ha establecido según la edad de los niños.

Estaría bien plantearlo como un juego. Sin duda, cada plato será para los niños un pequeño descubrimiento. Si el plato no queda tal y como esperábamos, seguro que preparándolo una segunda vez lo mejoraremos. Y cuando lo hagamos de memoria, conociendo bien la receta, todavía quedará mejor. Los grandes cocineros también cometen algún error de vez en cuando.

Hay que cocinar pensando que hacemos algo bueno y provechoso. Seguro que los niños enseguida se sentirán protagonistas. Tomarán conciencia de haber participado en el paso del alimento crudo al alimento cocido: la elaboración del plato también es obra suya.

Unas palabras para darles ánimos o felicitarlos; cualquier señal de confianza o admiración por parte de los padres siempre los complacerá y los alentará ante cualquier dificultad.





Mauro Colagreco

Restaurante Mirazur

nos propone

Pain de partage

Mauro Colagreco

[la tierra, la belleza, el amor...
Todo esto sabe a pan]

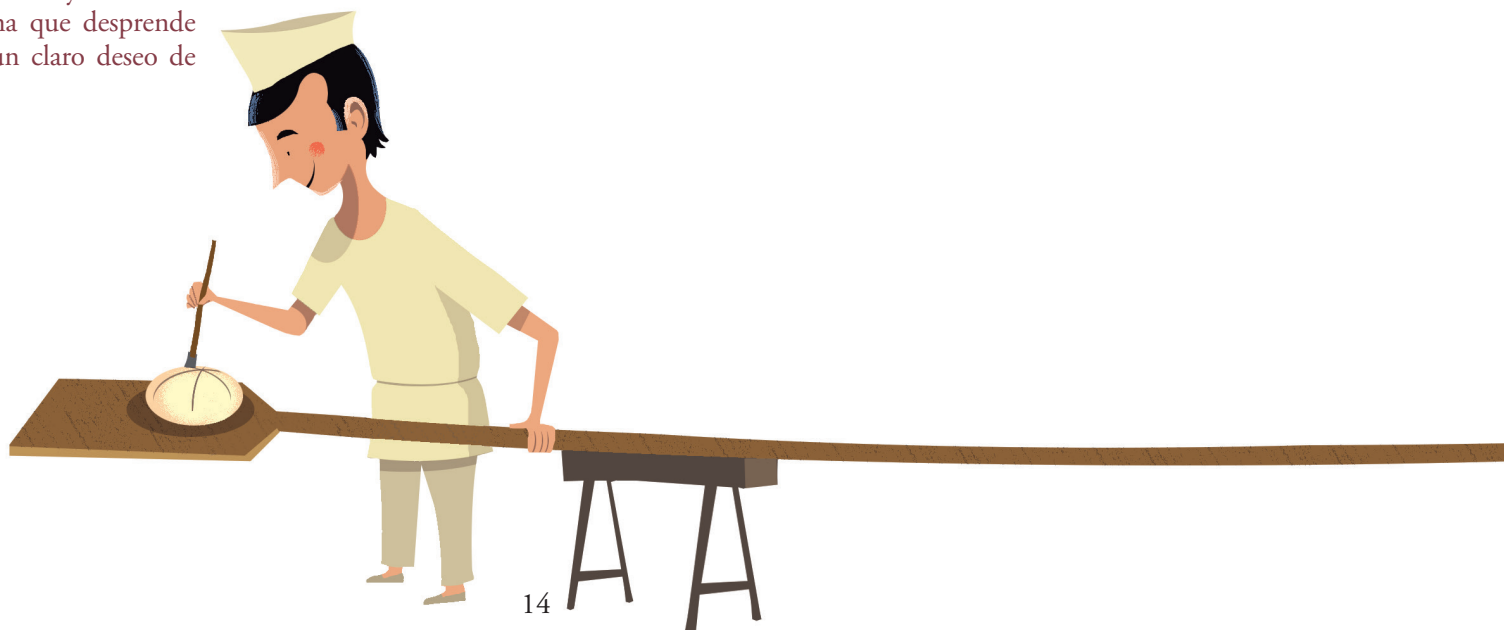
Mauro Colagreco, pese a su juventud, ha hecho un recorrido prodigioso. Es un cocinero clarividente e intuitivo. Nacido en la Plata, llegó a Francia siendo muy joven y trabajó con Bernard Loiseau en el restaurante La Côte d'Or en Saulieu, con Alain Passard en el Arpège, con Alain Ducasse en el Plaza Athénée y con Guy Martin en el Grand Vefour, estos tres últimos en París. En 2006 abrió su propio restaurante, el Mirazur, en Menton, con el que fue elegido mejor cocinero del año en Francia por la guía Gault Millau. Desde hace varios años cuenta con dos estrellas de la guía Michelin. Amigo generoso y extraordinario cocinero, su cocina es precisa y concluyente, transmite franqueza y emoción, posee un inconfundible equilibrio entre sentimiento y razón. En fin, una culinaria moderna que desprende una profunda ternura y un claro deseo de libertad.

Al *pain de partage* podríamos llamarlo “pan para compartir”. Mantengo el término en francés porque entiendo que ilustra mejor su sentido.

Es el pan que hacía la abuela de Mauro, el pan que, en su tierra, en Argentina, siempre compartían en el inicio de una comida. “Untado con buen aceite de oliva, estaba tan rico que cuando llegaba el primer plato a la mesa ya nos lo habíamos comido todo”, me dice Mauro.

Hoy en día, el *pain de partage* sigue siendo un símbolo en el Mirazur, su restaurante en Menton. Lo sirve en cada mesa, al inicio de las comidas, para probar con un excelente aceite de oliva. No se corta con cuchillo y se reparte con las manos. Los tres cortes profundos que se hacen en el pan antes de hornearlo facilitan su partición. Un pan que llega a la mesa con la *Oda al pan* de Pablo Neruda.

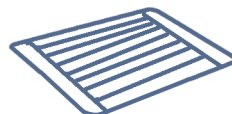
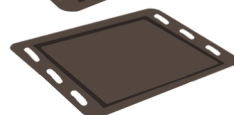
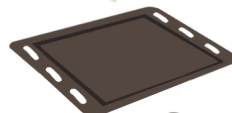
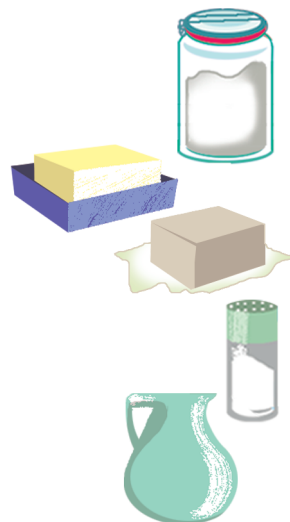
Mi padre, buen panadero, hacía los cortes al pan con una hoja de afeitar sujeta a un pequeño mango de madera que él mismo se había fabricado. A esa forma de hendir el pan mi padre la llamaba “hacer el greñado”. Yo era muy pequeño, pero conservo la imagen viva de mi padre amasando pan y metiéndolo en el horno con una pala de panadero muy larga y de madera.



¿Qué ingredientes?

(para 4 panes)

- 500 g de harina
- 100 g de mantequilla
- 21 g de levadura de panadero
- 15 g de sal
- 250 g de agua muy fría



¿Qué utensilios?

Una batidora eléctrica, un cuchillo, film transparente, papel de cocina, dos fuentes y una rejilla para horno.



El pan

Probablemente fuese un día de la prehistoria cuando el hombre se dio cuenta de que aquellas semillas molidas entre dos piedras —la harina— y mezcladas con agua se convertían en una masa que, secada al sol o cerca de una fogata, maduraba y se volvía menos indigesta.

Cuentan los sabios expertos en el tema que los antiguos egipcios, debido al buen clima que ofrece el valle del Nilo para cultivar el trigo, fueron los primeros en descubrirlo. Era, evidentemente, pan ácimo, pan sin fermentar. También por azar, mucho tiempo después, se debieron de percatar de que aquella sorprendente masa, si no se cocía a tiempo, sufría una alteración: el pan tenía vida y si lo metían en el horno en esas condiciones, era mejor.

Tierra, agua, hálito y fuego, un poco de curiosidad y mucha perseverancia dieron origen al pan.

Requisito y cultura. Símbolo y devoción.



Scotch eggs



🍴 Qué hacen los mayores

🍴 Qué hacen los pequeños

- 🍴 Con la ayuda de los padres, colocaremos 8 de los huevos en una cacerola de modo que todos queden al mismo nivel.
- 🍴 Añadiremos suficiente agua fría para cubrir los huevos unos 3 cm por encima y taparemos con una tapadera.
- 🍴 Pondremos la cacerola en el fuego, a fuego vivo. Cuando el agua empiece a hervir, la apartaremos del fuego y dejaremos reposar los huevos en el agua durante 3 minutos.
- 🍴 Al mismo tiempo, llenaremos un cuenco con hielo y agua fría.
- 🍴 Transcurridos los 3 minutos, con cuidado y con la ayuda de los padres, pasaremos los huevos al cuenco con hielo y agua fría y los dejaremos enfriar durante 10-15 minutos.
- 🍴 Pondremos la carne de la salchicha en un robot de cocina junto al pimentón, la maizena, la mostaza y un poco de agua fría. Sazonaremos con sal y pimienta recién molida, y lo trituraremos todo a máxima potencia y muy brevemente.
- 🍴 Con la mezcla recién triturada, formaremos 8 bolas de unos 55 g cada una.
- 🍴 En cuanto los huevos estén fríos y se puedan coger con la mano, les quitaremos la cáscara con cuidado.



- Con la ayuda de los padres, aplastaremos con cuidado cada bola de carne entre dos láminas de film transparente formando un círculo. Seguidamente, retiraremos la parte superior del film.
- Colocaremos cada huevo en el centro de cada círculo y, con la ayuda del film transparente, envolveremos cada huevo con la mezcla de carne, encerraremos el huevo en un paquete, procurando rodear el huevo de una lámina de carne fina y uniforme.
- Apretaremos los bordes para sellar, sin presionar demasiado, y los reservaremos en el frigorífico durante unos 20 minutos.
- Mientras, pondremos un poco de harina dentro de un cuenco y sazonaremos con sal y pimienta negra recién molida.
- Batiremos los dos huevos restantes en otro cuenco pequeño y los mezclaremos con la leche con un batidor manual.
- Pondremos el pan rallado japonés, el panko, en un tercer cuenco.
- Pondremos cada huevo, uno a uno, en el cuenco con harina.
- Hay que cubrirlos bien de harina, pero dando golpecitos para hacer saltar la que sobre.
- A continuación, los bañaremos en el cuenco con el huevo batido y la leche y acto seguido los pasaremos al cuenco con panko.
- Los pequeños, con cuidado, los rebozarán con panko procurando que no quede ningún espacio sin rebozar. Finalmente los reservaremos unos 15 minutos en el frigorífico.
- Calentaremos el horno a 190°. En una freidora eléctrica también calentaremos el aceite de cacahuete a 190°. Si no disponemos de freidora eléctrica, podemos utilizar una cacerola honda con aceite, que calentaremos a fuego vivo hasta que alcance la temperatura de 190°.
- Freiremos los huevos de dos en dos durante 2 minutos hasta que adquieran un ligero color dorado. Los iremos sacando del aceite con una espumadera y, bien escurridos, los iremos colocando en una rejilla para enfriar encima de una fuente para horno. Una vez estén fritos todos los huevos, introduciremos la fuente en el horno y los dejaremos cocer durante 10 minutos más.
- Los serviremos inmediatamente mientras las yemas estén líquidas.



© de los textos: cada chef, de las respectivas recetas, y Josep Vilella Llinós, de todo lo demás, 2017

© de las ilustraciones: Anna Clariana y Muntada, 2017

© de la traducción: Josefina Caball i Guerrero, 2017

© de esta edición: Milenio Publicaciones SL, 2018

Sant Salvador, 8 – 25005 Lleida

www.edmilenio.com

editorial@edmilenio.com

Primera edición: octubre de 2018

ISBN: 978-84-9743-837-7

DL: L 1.016-2018

Impreso en Arts Gràfiques Bobalà, SL

www.bobala.cat

Printed in Spain

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, <www.cedro.org>) si necesita fotocopiar, escanear o hacer copias digitales de algún fragmento de esta obra.