

TOFU CON OKRA Y AVRUGA 冷奴 (JIYAYAKKO)

Ingredientes

- ¼ de Tofu blando
- Caldo (caldo de alga de Konbu y bonito, salsa de soja y Mirin (sake muy dulce) proporcionalmente 5:1:1)
- 1 Okra
- Avruga
- Piel de cidra

Elaboración

Se lava el Okra con sal y agua, se cuece ligeramente y se pone en agua fría, una vez enfriados se cortan por la mitad, se sacan las pepitas y se trocea. Se añade un poco de caldo. Se introduce el Tofu en un recipiente añadiéndole encima el Okra troceado y decorándolo con Avruga y la piel de cidra. Para terminar se le añade el caldo.



TATAKI DE SALMÓN Y VIEIRAS CON AVRUGA
サーモンたたきと炙りホタテの和風カルパッチョ

Ingredientes

- Tataki de salmón
- Vieirias
- Avruga
- Baby leaf
- Salsa a la cidra japonesa
- Mayonesa

Elaboración

Se sacan las vieiras de la cáscara, se les hecha sal y se dejan 15 minutos. Una vez pasados los 15 minutos se asan con un soplete hasta que se tuesten por fuera. Se extiende el Babyleaf en un plato grande y se coloca el Tataki de salmón y las vieiras cortadas por la mitad. Se hecha la salsa y la mayonesa decorándolo con líneas y finalmente se coloca el Avruga.



HUEVO PASADO POR AGUA CON GELATINA DE CALDO DE BONITO Y AVRUGA
温泉卵だしジュレアブルーガ添え

Ingredientes

- Huevo duro
- Gelatina de pescado [Gelatina y caldo]
- Avruga
- Cebolleta

Elaboración

Se deshace la gelatina, se mezcla con el caldo de pescado y se enfría. Se introduce el huevo duro con la gelatina de pescado en un recipiente y se decora con Avruga y la cebolleta.



ENSALADILLA RUSA CON SALMÓN AHUMADO Y AVRUGA
ぜいたくポテトサラダ

Ingredientes

- Ensaladilla rusa
- Ñame troceado
- Pepino
- Salmón ahumado
- Avruga
- Ikura
- Mayonesa

Elaboración

Se mezcla la ensaladilla rusa, el ñame troceado y el salmón ahumado. Con la mayonesa se regula el espesor de la ensaladilla. Se ponen hojas de lechuga iceberg en un recipiente, se añade la ensaladilla decorándolo con el salmón ahumado, pepino, Avruga y el Ikura.



SASHIMI DE CALAMAR CON ACEITE DE OLIVA Y AVRUGA
イカ洋風お刺身アブルーガで

Ingredientes

- Calamares frescos para Sashimi
- Aceite de oliva extra virgen (Arbequina)
- Avruga
- Pepino (se pela, se hace unas tiras como si fuese la piel de la manzana con todo el pepino y luego se corta en tiras)
- Hojas de Shiso (perilla nankinensis)
- Limón (en láminas)
- Eneldo
- Sal

Elaboración

Se mezcla entre 50ml y 75ml de aceite de oliva con la sal y una cucharada de Avruga. Se ponen en el plato el Sashimi de calamar, el pepino y la hoja de Shiso rociándolo con la salsa anteriormente preparada. Para terminar se decora con eneldo.



HONGOS NAMETAKE CON JULIANA DE NAME AVRUGA Y HUEVO DE CODORNIZ
山芋短冊なめ茸・アブルーガ和え

Ingredientes

- Aje (en tiras)
- Hongos Nametake al té japonés
- Huevos de codorniz (sólo la yema)
- Avruga

Elaboración

Se ponen los Hongos Nametake al té japonés (comprar ya preparados) en un cuenco, después, se hace una montañita con un hueco en el centro con el aje cortado en tiras rellenando este hueco de Avruga y finalmente se coloca la yema de huevo de codorniz.





CHAPATA VERDE CON AVRUGA

Tiempo de preparación: 15 minutos

Dificultad: Muy fácil

Ingredientes para cuatro personas: Lollo rosa, hoja de roble, lollo verde, gambas cocidas, mayonesa ligera, un tarro de 120 g de Avruga.

Elaboración:

Abrir el pan y untar mayonesa en cada rebanada. Añadir igual cantidad de hojas de las tres hortalizas, las gambas y Avruga. Nota: Para que el bocadillo quede más jugoso se puede untar más mayonesa.





BOCADOS DE BERENJENA CON AVRUGA Y MOUSSE DE SALMON

Tiempo de preparación: 15 minutos

Dificultad: Muy fácil

Ingredientes para cuatro personas: Dos berenjenas, harina, dos huevos, aceite de oliva virgen extra, un tarro de 120 g de Avruga y un tarro de mousse de Salmón.

Elaboración:

Cortar las berenjenas en forma de discos de 1 cm de espesor. Agregarles sal y dejar reposar. Enjuagarlas y dejarlas secar. A continuación, rebozar en harina y huevo, y freír en abundante aceite caliente. Untar unas cuantas con la mousse de salmón y añadir un montoncito de Avruga. Poner otra rodaja de berenjena encima.





CREMA DE MELON CON VIRUTAS DE JAMON, CRUJIENTE DE PATATA Y AVRUGA

Tiempo de preparación: 20 minutos

Dificultad : Fácil

Ingredientes para cuatro personas: 2 cebollas pequeñas, 1 melón, 100 g. de jamón ibérico cortado fino, 250 cc de nata líquida, $\frac{3}{4}$ de litro de caldo de pollo, 3 cucharadas de aceite de oliva virgen extra, una patata pequeña, Avruga.

Elaboración: Picar las cebollas en grandes trozos y saltear a fuego lento durante 15 minutos. Añadir la pulpa de melón en trozos y reservar unas bolitas para decorar el plato, y echar el caldo. Dejar cocer durante 20 minutos y pasar por la batidora hasta conseguir una crema muy fina. Añadir la nata líquida. Rectificar de sal y, una vez frío, dejar reposar en la nevera. Cortar la patata en lonchas finas y freírla en aceite muy caliente antes de servir el plato. Servir la crema y colocar en el centro del plato unas bolas de melón, el crujiente de patata con una cucharadita de Avruga, las virutas de jamón de bellota y unas gotas de aceite de oliva por encima.





HUEVOS ESTRELLADOS O ROTOS CON AVRUGA

Tiempo de preparación : 60 minutos

Dificultad : fácil

*Ingredientes para cuatro personas : 3/4 Kg. de patatas, 1 cebolla, 8 huevos de codorniz, 1 tarro de 120 g. de Avruga, aceite de oliva virgen extra, 1 cucharadita de perejil fresco picado, sal y pimienta.***Elaboración:**

Cortar las patatas al estilo panadera y picar la cebolla. Freír estos ingredientes en una sartén con abundante aceite de oliva y servir en una fuente. Ir friendo los huevos y colocarlos encima de las patatas. Romper los huevos con cuidado y salpimentar ligeramente. Espolvorear el perejil picado y echar Avruga al gusto.





AGUACATE CON AVRUGA Y GAMBAS

Tiempo de preparación: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Ingredientes para cuatro personas: 4 aguacates, 250g. de gambas, dos cucharadas de zumo, 2 huevos duros, 1 lata de 145 g. de Avruga, 2 tiras de cebollino, una cucharadita de mostaza de Dijón, aceite de oliva virgen extra, sal, pimienta, un limón para decorar.

Elaboración:

Cocer las gambas un minuto en agua hirviendo con sal. Retirar del fuego y dejar reposar 10 minutos más. Vaciar los aguacates y machacar la pulpa con un tenedor. Mezclar con el cebollino finamente picado y uno de los huevos cortado en daditos. En un mortero hacer la vinagreta majando el otro huevo con la sal, el zumo de limón y la pimienta negra molida añadiendo poco a poco el aceite de oliva. Servir con rodajas de limón y Avruga por encima.





FETUCCINE CON AVRUGA, SALSA DE NATA Y GULAS

Tiempo de preparación : 20 minutos

Dificultad : Muy fácil

Ingredientes para cuatro personas: 400 grs. de fetuccine de espinacas, 150 cc. de nata líquida, un diente de ajo, aceite de oliva, Avruga, 100 g. de gulas, 25 g. de mantequilla y nuez moscada.

Elaboración: Salsa: Derretir la mantequilla a fuego muy lento. Añadir poco a poco la nata, una pizca de sal, pimienta y nuez moscada removiendo continuamente y el ajo machacado en el mortero. Mezclar bien y retirar del fuego antes de que rompa a hervir. Cocer la pasta con abundante agua, sal y un poco de mantequilla. Cuando la pasta esté “al dente”, verter en una fuente de servir, ya escurrida. Verter la salsa por encima junto con Avruga y las gulas.





CREMA DE PATATA CON AVRUGA

Tiempo de preparación: 20 minutos

Dificultad: Fácil

Ingredientes para cuatro personas: 2 patatas medianas, 2 decilitros de nata líquida, 4 decilitros de consomé, 200g. de jamón ibérico, ½ lata de 145 g. de Avruga, aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta negra.

Elaboración:

Pelar y cortar las patatas en cuadraditos. En un cazo poner a pochar la cebolla con un chorrito de aceite, añadir las patatas, saltear y enseguida echar el consomé. Salpimentar. Cuando las patatas estén hechas (unos 15 minutos según el tipo de patatas) pasar por la batidora y tamizar añadiendo la nata. Reservar. En una sartén muy caliente dorar el jamón en tiras con un poco de aceite. Servir la crema con las tiras de crujiente y Avruga por encima.





ENSALADA DE MEDALLONES DE CIGALAS CON AVRUGA

Tiempo de preparación : 30 minutos

Dificultad : Media

Ingredientes (para cuatro personas): 1 lechuga hoja de roble o lollo rojo, una escarola pequeña, 1/2 kilo de cigalas, 1 granada, 6 cucharadas de aceite de oliva virgen extra, 2 cucharadas de vinagre de sidra, 2 cebolletas picadas muy finas, 1 huevo duro, eneldo, sal pimienta y una cucharada de coñac, 1 lata de 145 g. de Avruga.

Elaboración: Poner las cigalas en una cacerola con agua hirviendo y sal, retirar del fuego cuando vuelva a hervir. Dejarlo reposar 8 minutos y dejarlas escurriendo. Se sacan y se dejan escurriendo. En la vinagreta (que previamente se prepara el día anterior majando en el mortero la cebolleta picada con el huevo, el eneldo, la sal una pizca de pimienta y añadiendo poco a poco el aceite y después el vinagre y el coñac) macerar los medallones de cigala (cortar las colas en rodajas de 2 centímetros) en sitio fresco durante al menos 3 horas. En una fuente colocar alternas las hojas de lechuga y escarola con los granos de la granada por encima y los medallones con su vinagreta a la cual hay que mezclarle Avruga.





LAZOS DE SALSA CON VODKA Y AVRUGA

Tiempo de preparación : 30 minutos

Dificultad : muy fácil

Ingredientes para cuatro personas: 400 grs. de lazos, 50 g. de mantequilla, 100 cc. de nata líquida, Avruga, una copa de vodka, azúcar, cayena en polvo, sal, pimienta y nuez moscada.

Elaboración: En un cazo calentar la nata líquida a fuego muy suave, agregando poco a poco el vodka y añadiendo una pizca de azúcar, sal, pimienta y la nuez moscada. Remover continuamente, espolvorear una pizca de cayena y reservar. Cocer la pasta con abundante agua, sal y una cucharadita de mantequilla. Escurrir la pasta una vez cocida “al dente” y servir en una fuente precalentada previamente. Mezclar con la salsa de vodka e incorporar Avruga al gusto. Remover con cuidado y servir enseguida.





PATATAS ASADAS CON CREMA DE LECHE AL AVRUGA

Tiempo de preparación : 50 minutos

Dificultad : Muy fácil

Ingredientes: 1 kilo de patatas pequeñas, 150 cc de nata líquida y 100 g. de queso cremoso, 1 tarro de 120 de Avruga.

Elaboración: Pelar las patatas y cortarlas en rodajas gruesas. Se fríen un poco en la sartén y una vez escurridas se ponen en una fuente para hornearlas durante 30 minutos. Mientras tanto, batir el queso junto a la nata líquida y mezclar con Avruga. Salpimentar las patatas y verter la crema sobre ellas. Sugerencia: Espolvorear con perejil o cualquier planta aromática como albahaca, orégano o eneldo.





ANTIPASTO DI CRUDITÉS CON SALSA DE AVRUGA

Tiempo de preparación : 15 minutos
Dificultad : Fácil

Ingredientes para cuatro personas: ¼ Kg. de zanahorias, maíz baby, cebollino, un pimiento rojo, un pimiento verde, un pepino, una rama de apio, un tarro de 120 g. de Avruga, 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra, una cucharada de nata líquida, queso azul (salsa de queso), 2 cucharadas de zumo de limón, sal y pimienta negra. *Elaboración*: Salsa de queso: Tener el queso a temperatura ambiente, y mezclarlo con la sal y el zumo de limón. Agregar el aceite poco a poco e ir mezclando. Añadir la nata líquida, una pizca de pimienta y reservar en el frigorífico. Cortar las zanahorias, los cebollinos, los pimientos, el apio y el pepino en bastones finos lo más iguales posible. Disponer la verdura con el maíz baby en una fuente y en el centro colocar la salsa en un cuenco previamente mezclada con Avruga.





TOMATES RELLENOS DE AVRUGA

Tiempo de preparación: 20 minutos

Dificultad: Fácil

Ingredientes para cuatro personas: 5 tomates pera, 2 huevos duros, 50g. de bacalao sin desalar, asado y picado, una cebolla tierna, 2 cucharadas de alcaparras picadas, 2 cucharadas de mayonesa, una cucharada de perejil picado, un tarro de 120g. de Avruga.

Elaboración:

Cortar los tomates longitudinalmente y vaciarlos con ayuda de una cuchara. La pulpa que se extrae del tomate, se limpia de semillas, se pica con un cuchillo y se mezcla con el bacalao, cebolla, alcaparras, perejil y mayonesa. Sazonar con la pimienta y rellenar los tomates. Cubrir con una rodaja de huevo duro cada uno y sobre ésta poner una cucharadita de Avruga.

