

# Menú Navidad Infantil 2015

## Primer Plato

### Crema De Verduras Con Sus Chips "Tutti Colori Navideño"

## Segundo Plato

### Calamares Rellenos y Verduritas "Los Ratoncitos de la Navidad"

## Postres

### Dulces Navidades Con Frutas de Colores

Una iniciativa de:



Gremi de Majoristes del  
Mercat Central del Peix  
de Mercabarna

Recetas elaboradas por:



Campus  
de Turisme, Hoteleria  
i Gastronomia



UNIVERSITAT DE  
BARCELONA

## **Primer Plato:**

### **CREMA DE VERDURAS CON SUS CHIPS “TUTTI COLORI NAVIDEÑO”**

Para 4 personas

#### **CREMA DE VERDURAS**

##### **Ingredientes:**

- Agua
- 1 zanahoria
- 1 chirivía
- 1 nabo
- 1 alcachofa
- 1 remolacha
- 1 apio

##### **Elaboración:**

Lavar y cortar las verduras en dados pequeño, poner en una cazuela y cubrir de agua, hervir hasta que las verduras estén tiernas, triturar las verduras y añadimos el agua de la cocción a poco a poco, de esta manera nosotros podremos elegir la textura, colar y salpimentar.

#### **CHIPS**

##### **Ingredientes:**

- 1/2 u. zanahoria
- 1/2 u. chirivía
- 1/2 u. nabo
- 1 u. alcachofa
- 1/2 u. remolacha
- 1/4 u. raíz de apio
- 2 patatas (los chips de patata se deben dejar en remojo en agua muy fría durante 2 h como mínimo, escurrirlos muy bien, secarlos y freírlos)

- aceite de girasol
- Sal gruesa

**Elaboración:**

Con la verduras cepilladas, bien lavadas y sin pelar, las cortamos en chips de 0,5 mm de grosor con una mandolina cerámica. Freír los chips en abundante aceite de girasol a 180°, sin dejar de moverlos.

Ecurrir con un colador y dejar sobre papel absorbente. Salar con sal gruesa en el momento de servirlos.

Un resultado óptimo de los chips se conseguiría deshidratando las verduras cortadas antes de freírlas.

Es una forma muy divertida para los más pequeños de comer verduras variadas.

## **Segundo Plato:**

### **CALAMARES RELLENOS Y VERDURITAS “LOS RATONCITOS DE LA NAVIDAD”**

Para 4 personas

#### **Ingredientes:**

- 50 gr. ajo tierno
- 250 gr. tomate maduro
- 300 gr. cebolla
- 300 gr. zanahoria
- 10 gr. perejil
- Sal
- Pimienta negra
- Harina
- Caldo de pescado / agua
- 12 u. calamar fresco mediano
- Pimentón dulce
- 20 gr. almendra tostada

#### **Decoración:**

- Cebollino
- Tomate cherry
- Pasas

#### **Elaboración:**

Sofreír la mitad de la cebolla, el ajo tierno y la zanahoria en dados en una cazuela con aceite, añadir las patas y las aletas de los calamares picadas y remover. Mientras se cuece, enfriamos el conjunto, y una vez frío le añadimos 3 huevos batidos

Rellenar los calamares con esta mezcla y cerrarlos con un palillo. Enharinarlos, freír hasta que dore y retirar del fuego

En el mismo aceite hacer un sofrito con las otras cebollas y los tomates, añadir el vino, dejar reducir. A continuación añadir los calamares y mojar con agua. (Se pueden cocer también los calamares en un caldo rojo). Cocer a fuego suave y cuando los calamares estén blandos añadir la picada y dejar cocer un rato más.

El fondo del plato poner un poco de la propia salsa de la cocción, decorar los calamares en forma de ratón.

## **Postre:**

### **DULCES NAVIDADES CON FRUTAS DE COLORES**

Para 4 personas

#### **Ingredientes:**

- 4 u. de plátanos
- 300 gr. piña en dados
- 150 gr. mango en dados
- 1 granada
- 200 gr. melón
- 150 gr. caqui persimon en dados
- Azúcar vainillina

#### **Elaboración:**

Pelar y cortar el plátano en rodajas, sin romper la piel.  
Rellenar la piel de plátano de nuevo con toda la fruta cortada previamente macerada con el azúcar.

Presentar los ingredientes en el plato con la forma de una sonrisa con la ayuda de chocolate fundido y en la piel escribiremos feliz Navidad.