

MENÚ INFANTIL

EL RELOJ DE POPEYE

INGREDIENTES para 4 personas:

- 250 gr. de hojas de espinacas frescas
- 500 ml de caldo de verduras
- 25 gr. de mantequilla
- sal marina
- 300 gr. de mejillones medianos de roca
- 40 gr. de piñones
- 40 ml de nata líquida fresca
- aceite virgen extra

Lavaremos las hojas de espinacas con abundante agua fría, escurriremos bien. En una cazuela alta, pondremos la mantequilla y una vez esté derretida verteremos las espinacas, saltearemos bien y añadiremos el caldo de verduras. Herviremos durante 20 minutos y trituraremos. Colaremos y reduciremos hasta que tenga una consistencia espesa, rectificamos de sal. Reservar.

En una cazuela pequeña, saltearemos los piñones hasta que estén tostados, añadiremos la nata y hervir durante 5 minutos. Trituraremos y colaremos. Reduciremos hasta que tenga una consistencia espesa, rectificamos de sal. Reservar.

En una sartén bien caliente, añadir un chorro de aceite virgen extra, poner los mejillones y cocer a fuego muy fuerte hasta que se abran. Retirar las cáscaras.

MONTAJE: en un plato sopero pondremos la crema de espinacas, encima y haremos 12 círculos con la crema de piñones procurando hacer la esfera de un reloj. Para finalizar pondremos un mejillón dentro de cada círculo.

PAYASO DE LENGUADO

INGREDIENTES para 4 personas:

- 3 lenguados de unos 250 gr.
- 8 aceitunas negras sin hueso
- 4 tomates cherry
- 1 brócoli pequeño
- 8 tomates bien maduros
- 5 cl de vinagre de manzana
- 25 gr. de azúcar moreno
- aceite virgen extra
- sal marina

Limpiaremos los lenguados de espines. Separar los lomos. Tomaremos las aceitunas negras sin hueso y haremos un rollito de lenguado y oliva. Haremos lo mismo con los tomates cherry, procuraremos cerrar los rollitos con un palillo para que nos mantenga la forma. Cocemos el brócoli al vapor y reservamos.

Rallamos los tomates hasta obtener un puré. Lo pasaremos por el chino para sacar las semillas, verteremos el puré de tomate dentro de un cazo pequeño junto con el vinagre y el azúcar. Cocer hasta obtener una salsa espesa. Reservar.

Cocer los lomos de lenguado al horno con un poco de aceite virgen extra y una pizca de sal.

MONTAJE: disponer los lomos de la siguiente forma: pondremos dos lomititos de lenguado y aceitunas en forma de ojos de una cara, debajo simulando una nariz el rollito de lenguado y tomate cherry, por encima de los ojos pondremos el brócoli en forma de pelo. Finalmente haremos una boca con la salsa de tomate (ketchup casero).

PIRULETAS DE PLÁTANO

INGREDIENTES para 4 personas:

- 16 trozos de plátano cortado, de 2 cm de grosor
- 100 gr. de chocolate con leche
- 100 gr. de chocolate blanco
- 20 gr. de avellanas tostadas peladas y picadas
- 20 gr. de almendras tostadas peladas y picadas
- 16 palillos largos de unos 15 cm

Desharemos al baño maría los dos chocolates por separado. Pincharemos las rodajas de plátano, pelado, con los palillos largos. Separaremos 8 piruletas de plátano y las bañaremos con el chocolate con leche, luego las rebozaremos con la avellana picada. Reservaremos en frío. Repetiremos el proceso con las 8 piruletas restantes, con el chocolate blanco y las rebozaremos con las almendras. Reservaremos en frío.

MONTAJE: dispondremos 2 piruletas de chocolate con leche y avellanas y dos de chocolate blanco con almendras en un plato, apoyando las piruletas.