el recetario

Recetas con lechal, cordero y cabrito

interovic

Prólogo

Dos más dos.

Son cuatro... a veces.

A veces son cuatro, y otras veces, las más de las veces cuando comemos, más.

Porque hablamos de alimentos, donde todo suma, donde las cosas son lo que son y son mucho más.

Nunca menos.

Y cuando hablamos de cocina, hablamos de emoción, de pasión, de cariño, de generosidad y de entrega.

Todo suma, o suma más.

Porque cocinando hacemos mucho más que cocinar.

Porque cuando sostenemos en nuestras manos unos cuellos de cordero, unas faldas, unos carrés, unas paletillas de cabrito, unas piernas... sostenemos mucho más que lo que vemos.

El peso no se mide en gramos, o no solo en gramos.

Sostenemos un modo de vida, sostenemos tradición y cultura, trabajo, esfuerzo y dedicación.

En esas carnes, brillantes y tersas, hay historia, historia de miles de años de cuidados, de generaciones de pueblos que han encontrado en la crianza y el cuidado del ganado su objetivo y su razón de ser.

No los vemos, pero están ahí, en cada gramo de carne, en cada hueso.

Están, y sin ellos nada estaría donde debe estar.

Sin ellos no somos. Son la base, el sustento, el pilar que sustenta lo que hacemos.

Cocino, esta vez hablo ya en primera persona, (aunque somos todos los que cocinamos) como un acto de generosidad absoluto. Cocino, y cocinamos, siempre para otros.

Siempre cocinamos para quienes reciben, para mostrarles nuestro cariño, para dedicarles nuestro tiempo y nuestro esfuerzo, para hacerles patentes y parte de algo que hemos hecho con un solo objetivo. Lograr, aunque sea solo durante un instante, que ese brillo deslumbrante que es la felicidad se presente ante nosotros.

Pero también cocino para honrar. Para reconocer el trabajo de quienes han hecho posible que tenga el mejor producto en mis manos.

Para mostrarles respeto, admiración y complicidad.

A veces, al sostener el producto entre las manos siento el sonido del viento en las praderas, el casi sordo pisar de un perro corriendo en busca de un animal extraviado, el Chack de un chisquero que un pastor enciende para prenderle fuego a un cigarrillo mientras contempla orgulloso su rebaño.

El orgullo del que sabe que hace bien su trabajo, como se lo enseñaron sus padres, sus abuelos, todos aquellos antes que él que hicieron senda y camino en el buen hacer de la crianza.

Me pasan las luces ante los ojos, amanece y anochece mil veces solo en un instante. Truena, llueve, arrecia, escampa... y todo eso, en un instante.

En el instante mágico de ver aquello que no vemos, pero que esta ahí.

Y luego cocino.

Y en la sartén, en el horno, en la mesa de trabajo, ya hay más.

Y cuando la comida está en la mesa hay mucho más.

Estamos todos presentes. Los presentes y los que no lo están, pero que sentimos.

Está todo.
Y ese todo, es más que cuatro.
Mucho más.

Alberto Chicote

Una carne sabrosa y sostenible

Las carnes de lechal, cordero y cabrito son sabrosas y, sobre todo, sostenibles. Y es que, tras un filete de pierna, unas brochetas o unos churrascos, se encuentra posiblemente el sector ganadero que mejor mantiene vivo y activo el medio rural. Un sector que ayuda a fomentar la biodiversidad en todo el territorio, a asentar la población en zonas rurales y a la prevención de incendios.

Con el paso de los años la carne de cordero se ha modernizado y hoy existen versátiles e innovadoras formas de disfrutarlo. Aunque estamos acostumbrados a disfrutar de los cortes más tradicionales -paletilla, pierna, falda...-, queremos presentarte siete nuevos cortes mucho más adaptados a las preferencias y necesidades de los sabores actuales. Cortes que te permitirán hacer recetas más versátiles e innovadoras, con el sabor del lechal, cordero y cabrito más auténtico, aderezado con unas buenas dosis de sostenibilidad.

Te invitamos a descubrir **los nuevos cortes de lechal, cordero y cabrito** y por qué se trata de una carne tan beneficiosa para nuestro entorno:

Medallones

Rodajas sin hueso de pierna de lechal o cabrito. Muy tiernas y jugosas.
No tienen apenas grasa y su sabor es suave.

Filete de pierna

Muy tierno y fácil de preparar. Los filetes quizás sean la pieza más versátil de todo el cordero ya que se pueden preparar infinidad de elaboraciones con ella. Todas rápidas y sencillas.

Tournedó

Es un tipo de corte ideal para hacer a la plancha, vuelta y vuelta.
Perfecto si quieres disfrutar de una carne muy jugosa.

Churrasco

Tira alargada de carne con hueso. Se trata de una de las mejores piezas de cordero y uno de los cortes más tiernos de todo el animal, utilizado tradicionalmente para hacer guisos con gran sabor.

Churrasquitos

Trocitos adobados de carne con hueso. Ofrecen distintas posibilidades para su cocinado: al horno, fritos o en guiso.

Filete de carrillón

Es un corte ideal para cocinar a la plancha o cortar como “lomitos” y guisarlo tipo carrillera para que quede muy jugosa y sabrosa.

Collares

Los collares son rodajas de cuello con hueso no muy gruesas.
Es una pieza rica y sabrosa, ya que el cuello es la parte del animal que más grasa infiltra.

¿Por qué comer cordero nacional?

- **Rejuvenecer los entornos rurales**. *Gracias a las nuevas incorporaciones de jóvenes a la ganadería de ovino y caprino,* **está empezando a producirse el tan necesario relevo generacional**, *con un número de* **mujeres** *muy importante.*

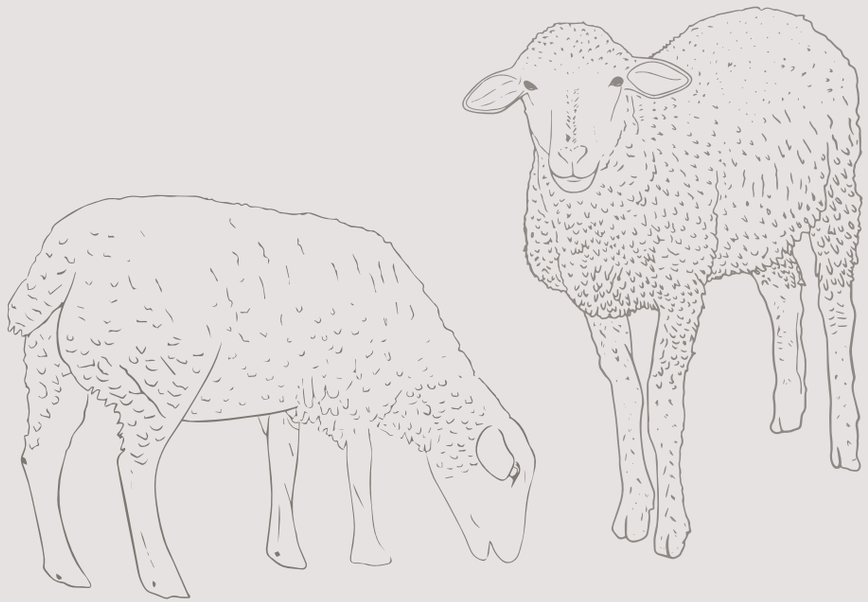
- *Y es que la actividad ganadera del sector ovino y caprino es fundamental para el* **mantenimiento de las zonas de montaña, las dehesas y los pastos en toda nuestra geografía,** *así como para la* **prevención de incendios,** *ya que los rebaños de ovino ayudan a limpiar de matojos y matorrales los cortafuegos -y muchas zonas de campo abandonadas- en toda España. Su labor coordinada de pastores y bomberos en zonas rurales ayuda a controlar los pastos secos potencialmente inflamables, sobre todo en los meses de verano.*

- *Además, el movimiento del ganado ovino y caprino favorece la* **dispersión de semillas** *de unas zonas a otras y ayuda a* **fomentar la biodiversidad.** *Las abejas no están solas en esta tarea, pues las ovejas también transportan y diseminan estas semillas en sus heces y lana.*

- *El ovino aprovecha mayormente los pastos áridos o semiáridos y los subproductos agrícolas fibrosos que no se pueden aprovechar de otra manera. Además esto permite captar carbono del ambiente, tan importante para luchar contra el cambio climático.*

Los 10 valores de la carne de lechal, cordero y cabrito

Que quizá no sabías (o sí)



1 Sostenibilidad

La producción de la carne de lechal, cordero y cabrito es sostenible y beneficiosa para el entorno. En sus salidas al campo, las ovejas aportan beneficios únicos, ya que se alimentan en zonas naturales en desuso.

2 Sabor

La carne de lechal, cordero y cabrito es sinónimo de sabor.
Pues la cercanía es sinónimo de frescura y por lo tanto de sabor.

3 Versatilidad

Al horno, a la plancha, a la brasa, guisado o en bocadillo. Existen infinidad de formas para cocinarla, acompañarla y disfrutarla. Una carne hecha para todos los gustos.

4 Tradición

El cordero ha sido protagonista de nuestras mesas a lo largo de la historia; el mismo tiempo que los ganaderos llevan criando su ganado de forma tradicional, un oficio de más de 3.000 años de antigüedad.

5 Valor natural

Gracias a su relación directa con el medio ambiente y los métodos naturales que se utilizan para su cría, la carne de cordero es la alternativa perfecta para aquellos que buscan comer un alimento que aporte algo más que no tengan otras carnes.

6 Valor ambiental

El pastoreo proporciona múltiples servicios a los ecosistemas: agua limpia, aire puro, además los suelos pastoreados son más fértiles y permiten un buen estado de conservación de los diversos hábitats.

7 Conservación y prevención

El pastoreo es necesario para el mantenimiento de las zonas de montaña, contribuyendo a su conservación, limpiando de matojos y matorrales los cortafuegos, barbechos y pastos en toda España.

8 Rural

Gracias al mantenimiento de esta actividad ganadera se genera una riqueza económica que contribuye a fijar población en el medio rural y se ayuda al relevo generacional.

9 Cultural

España cuenta con 25.000 km de vías pecuarias, un patrimonio cultural muy notable e inmaterial. Una manera de honrar este legado es manteniendo los sistemas productivos e impulsando el consumo.

10 Económico

El sector ovino y caprino representa el 7% de la producción ganadera. España es el segundo productor de carne de cordero de la UE, dando empleo en el medio rural a medio millón de personas.

Índice

Recetas Tradicionales 13

14 *Paletilla de cordero lechal asada al horno*
16 *Pierna de cordero con puré y salsa de romero*
18 *Zancarrones de cordero guisado al vino tinto*
20 *Torreznos de churrasco de cordero con setas y ajoarriero*
22 *Paletilla de cabrito asada con timbal de patata e ibéricos*
24 *Rack de cordero lechal con puré de patata e ibéricos*
26 *Pochas tradicionales con cordero*
28 *Pierna de cordero asada en barbacoa*
30 *Cordero guisado, garbanzos refritos y arroz*
32 *Paletilla de cordero lechal asada con verduras*
34 *Corona de cordero lechal asada*
36 *Churrasco al mole*
38 *Paletilla a la sal*
40 *Carré de cabrito con puré de patata y calabaza*
42 *Filete de carrillón adobado con pimentón y ensalada de pimientos*
44 *Cabrito asado con patatas panaderas*
46 *Churrasquitos fritos con pisto*
48 *Paletilla de cordero lechal asada con patatas hasselback*
50 *Churrasco de cordero asado con hierbas*
52 *Chuletitas de cordero con puré y trigueros*
54 *Pierna de cordero rellena de jamón serrano y champiñones*
56 *Pierna de cordero rellena de manzana y orejones*
58 *Medallones de cordero con sémola de trigo salteada*
60 *Collares de cordero macerados con ajo y tomillo*
62 *San Jacobo de cordero*
64 *Flamenquines de cordero*
66 *Collares de cordero con patatas a lo pobre*
68 *Filete de pierna vuelta y vuelta*
70 *Tournedó mechado con ajos*
72 *French Rack con mostaza, hierbas y patatas al romero*
74 *Tomahawk con adobo de miel y tomillo con risotto de parmesano*

Recetas Contemporáneas 77

78 *Cuarto delantero de cordero asado*
80 *Curry de albóndigas de cordero*
82 *Cachopo de filetes de cordero*
84 *Hamburguesa de cordero con queso de cabra*
86 *Koftas de cordero*
88 *Wok de cordero con verduras y arroz*
90 *Albóndigas de cordero en salsa con pan plano*
92 *Gofre con cordero y caviar de mandarina*
94 *Chuletitas rebozadas*
96 *Lamb and chips con salsa tártara*
98 *Pita rellena de berenjena, cordero y salsa de yogur*
100 *Collares de cordero a la pepitoria*
102 *Filetes de cordero 'Villeroy'*
104 *Fricandó de filetes de cordero*
106 *Tournedó guisado al vino tinto*
108 *Paquito de pimientos caramelizados*
110 *Lomo de cordero lacado con crema de piñón y piñas verdes de pino*
112 *Collares de cordero guisados con vino y chocolate*
114 *Mezzelune con carne de cordero, cebolla caramelizada, salsa de setas y avellanas tostadas*
116 *Mini bocatas de 'pulled' de cordero*
118 *Anolini de calabaza con carne de cordero, cebolla caramelizada, berenjena y salsa de setas*
120 *Tournedó de cordero en costra de frutos secos, cerveza negra y arroz a la soja*
122 *Churrasco lacado con soja, miel y jengibre*
124 *Wok de churrasquitos con verduras*
126 *Filetes de carrillón adobado en curry*
128 *Churrasco con salsa barbacoa*
130 *Tournedó asado con miel y mostaza*
132 *Churrasco de cordero con salsa de menta y baba ganoush*
134 *Tournedó de cordero con costra de aceitunas y ensalada de couscous*

Recetas con Estrella 137

138 *Paletilla de cabrito asado con patatas.* *Por Miguel Ángel de la Cruz*
140 *Canelón de cordero con bechamel de orejones y ciruelas.* *Por Begoña Rodrigo*
142 *Hígado de mollejas de cordero rebozadas con leche de oveja y glaceé de hierbas aromáticas.* *Por Fina Puigdevall*
144 *Churrasco de cordero con aliño de miel, berenjena y níscalos.* *Por Ignacio Echapresto*
146 *Lasaña de cordero.* *Por Javi Estévez*
148 *Filete de pierna de cordero empanado, ensalada de albahaca fresca y salsa de queso de cabra.* *Por Pedro Sánchez*
150 *Canelones de cordero.* *Por María Gómez*
152 *Sandwich de cordero.* *Por Nacho Manzano*
154 *Churrasco de cordero con falso arroz y emulsión de alcaparra.* *Por Ignacio Solana*
156 *Cordero estilo moruno.* *Por Samuel Moreno*
158 *Entrante frío crujiente de cordero y salsa de cítricos.* *Por Toño Pérez*
160 *French rack o asado a la parrilla con guarnición de verduras a la brasa.* *Por Antonio González*
162 *Picaña de cordero a la parrilla con pimientos asados.* *Por Antonio González*
164 *Albóndigas de cordero al curry rojo y patatas fritas.* *Por Roberto Martínez*
166 *Pierna de cordero lechal lacado al romero.* *Por Miguel Ángel de la Cruz*

Recetas
Tradicionales

Receta de @raquel_carmona

Paletilla de cordero lechal asada al horno

40 min | 2 personas | Nivel fácil | Lechal

Ingredientes

- *1 paletilla de cordero lechal*
- *5 dientes de ajo*
- *100 ml de aceite de oliva virgen extra*
- *2 cebollas dulces*
- *1 vaso de vino blanco*
- *1 vaso de agua*
- *Sal*
- *Romero fresco*
- *5/6 patatas*

Paso a paso

1. Preparamos el majado, para ello ponemos en un mortero los ajos y el romero fresco picado. Majamos y poco a poco vamos añadiendo el aceite de oliva hasta tener una mezcla homogénea.
2. Precalentamos el horno arriba y abajo a 250º C. Mientras tanto, pelamos y cortamos la cebolla en juliana. Lo mismo haremos con las patatas y cortaremos como para guiso, ponemos sal y reservamos.
3. Salamos la paletilla y colocamos en la fuente de horno la cebolla troceada, encima las patatas y a continuación la carne. Regamos con el majado y horneamos a 180º C durante 1 h 45 min / 2 h aproximadamente. El tiempo dependerá de cada horno, una vez dorada y cuando la carne se despegue del hueso estará lista.
4. Sacamos la carne del horno y servimos. Podemos reducir la salsa que queda en la bandeja después del horneado. Para terminar, colocamos en un cazo a fuego medio y dejamos que reduzca hasta que tenga la consistencia que más nos guste.

Receta de @martasimonet

Pierna de cordero con puré y salsa de romero

50 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

Para el cordero:

- *1 pierna de cordero*
- *Aceite de oliva, sal y pimienta*
- *1 vaso de vino blanco*
- *½ granada*
- *Una pizca de perejil fresco*

Para la salsa:

- *2 zanahorias*
- *1 puerro*
- *1 cebolla*
- *1 vaso de vino blanco*
- *1 cucharada de maicena*
- *2 ajos*
- *Sal y pimienta*
- *1 ramita de romero fresco*

Para el puré:

- *5-6 patatas*
- *1 vaso grande de leche*
- *Una cucharada de mantequilla*
- *Sal al gusto*

Paso a paso

1. Masajea la pierna de cordero con el aceite de oliva, la sal y la pimienta. La metemos en el horno a 170º C durante 50 min añadiéndole el vino poco a poco.
2. Pasados los 50 min, volteamos la pierna y la dejamos en el horno durante 40 min más. El tiempo exacto de cocción varía dependiendo del tamaño de la pieza y la potencia de tu horno.
3. Mientras la pierna de cordero se hace en el horno, ponemos a cocer las patatas peladas en abundante agua con una pizca de sal. En una sartén, pochamos las zanahorias, el puerro, la cebolla y el ajo cortados con un buen chorretón de aceite, el vino y el romero.
4. Una vez evaporado el vino, le añadimos la maicena disuelta en medio vaso de agua. Lo retiramos del fuego y se tritura todo con una batidora hasta que quede una textura homogénea. Añadimos un poco de agua si lo consideras necesario.
5. Cuando las patatas ya estén listas, las trituramos con la mantequilla y rectifica de sal.
6. Servimos todo en un plato hondo, empezando por una base de puré, la pierna de cordero, una pizca de perejil, unos granos de granada y la salsa de romero coronando.

Zancarrones de cordero guisado al vino tinto

60 min | 3 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *2 zancarrones de cordero recental*
- *1 cebolla*
- *1 zanahoria*
- *1 puerro*
- *1 cabeza de ajos*
- *1 ramillete de hierbas aromáticas*
- *250 ml de vino tinto*
- *300 ml de caldo de ave*
- *Aceite de oliva*
- *Sal*
- *Pimienta*

Cebollitas:

- *½ kg de cebollitas*
- *500 g de agua*
- *50 g de mantequilla*
- *50 g de azúcar*
- *Sal*

Paso a paso

1. En una olla con aceite de oliva caliente, dorar los zancarrones con sal y pimienta, una vez dorados, retirar y reservar, en el mismo aceite dorar las verduras, la zanahoria, el puerro, la cebolla cortada en trozos, los ajos y las hierbas, dejar hasta que estén blandas, incorporar de nuevo los zancarrones y añadir el vino, dejar que hierva unos minutos hasta que se evapore el alcohol e incorporar el caldo, tapar y cocinar unos 60 minutos o hasta que esté tierno.
2. Apartar los zancarrones y pasar el caldo y las verduras por un chino, apretando para extraer todo el jugo.
3. Dejar reducir el jugo aparte, rectificar de sal.
4. Para las cebollitas y ponerlas en una olla sin amontonar, añadir el agua, la mantequilla, el azúcar y la sal, poner a cocer tapado hasta que se evapore el líquido y estén cocidas, dejar que se caramelicen ligeramente.
5. Servir los zancarrones junto con las cebolletas y añadir la salsa caliente por encima.

Torreznos de churrasco de cordero con setas y ajoarriero

1 h 45 min | 2 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

Para los torreznos:

- *300 g de churrasco de cordero*
- *1 brizna de romero*
- *1 diente de ajo*
- *500 ml de aceite suave*
- *2 g de sal*
- *50 g de boletus*
- *2 ajetes tiernos*
- *Brotes tiernos*
- *10 ml de salsa de carne*

Para el ajoarriero:

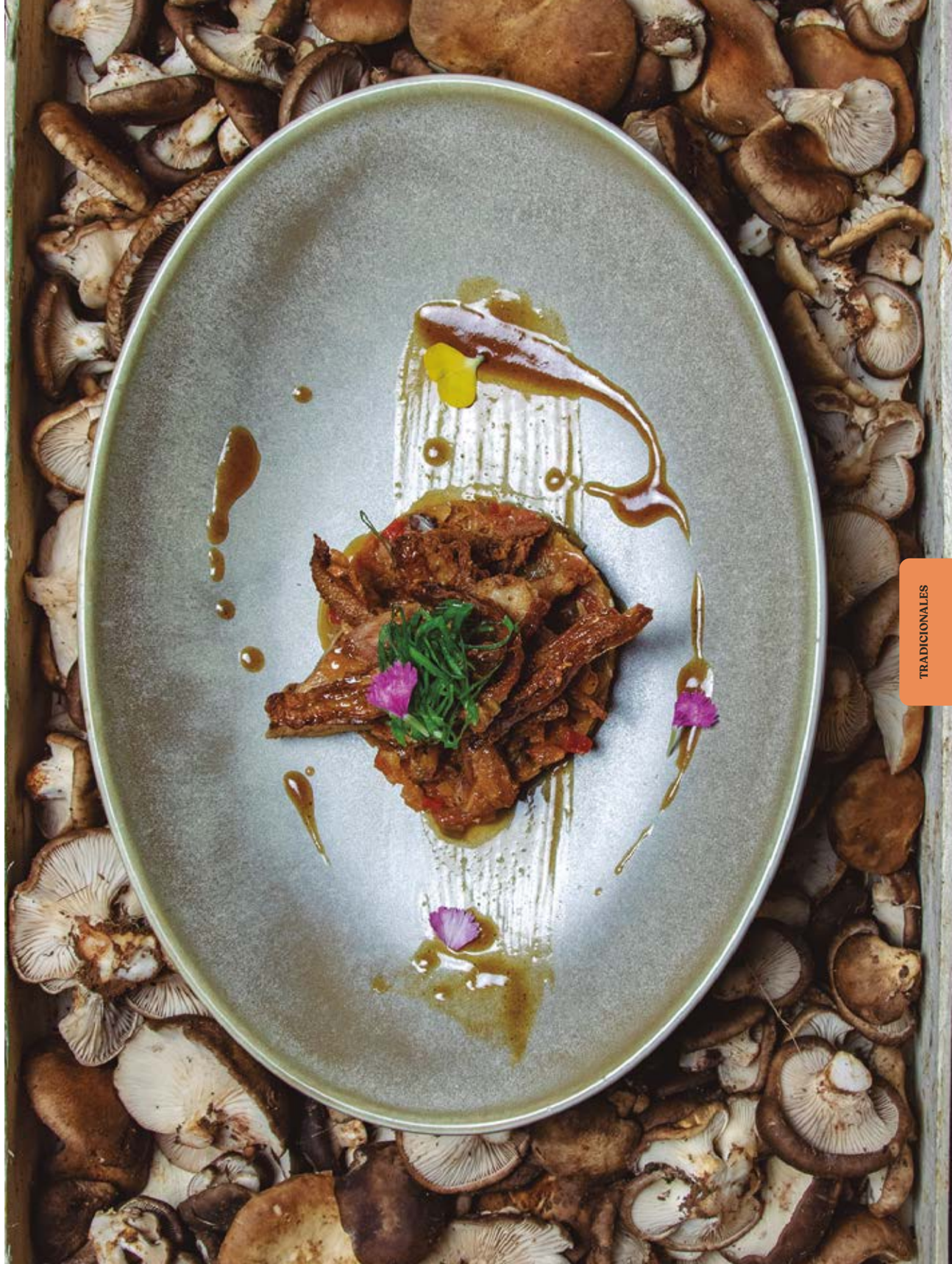
- *25 g de cebolla*
- *10 g de pimiento verde*
- *10 g de pimiento piquillo*
- *½ diente de ajo*
- *50 g de tomate maduro*
- *25 g de cebolleta*
- *5 ml de AOVE*

Paso a paso

1. Confitamos el churrasco en una olla con aceite, ajo y romero a fuego muy suave, durante 1 h, hasta que se despegue el hueso.
2. Retiramos del aceite, y dejamos templar, retiramos los huesos, sazonamos con sal y enfriamos.
3. Cortamos en tiras de 2 cm por 4 cm.
4. A los boletus le quitaremos con una puntilla la tierra mas afincada, y con un paño húmedo lo superficial. Los cortaremos en trozos no más grandes que el cordero. Cortamos los ajetes a lo largo finitos.
5. Salteamos los boletus hasta que se doren sin amargar, agregamos los ajetes y rehogamos sin que se quemen, sazonamos y reservamos.
6. Salteamos los torreznos para que desgrasen y queden crujientes.
7. De base ponemos el ajoarriero, encima los boletus y para culminar los torreznos. Salseamos alrededor para no reblandecer el torrezno, decoramos y damos frescura con brotes tiernos.

Paso a paso para el ajoarriero

1. Comenzamos por el primer grupo de ingredientes. La cebolla cortadita se pocha con la mitad del aceite y una pizca de sal, hasta que quede transparente.
2. Despepitamos ambos pimientos y los cortamos en daditos pequeños. Incorporamos los mismos, primero el verde para que se cocine y luego el piquillo, cocinamos hasta secar lo máximo posible.
3. Vamos con el segundo grupo. La cebolleta la cortamos en *brunoise*, la pochamos con el aceite y una pizca de sal, hasta que quede transparente, pelamos y despepitamos el tomate, lo cortamos en daditos de 5 mm y lo incorporamos a la cebolleta y cocinamos hasta que pierda sus aguas.
4. Mezclamos todo y ponemos a punto de sal. Agregamos el ajo laminado sin germen que doraremos con la mitad del aceite restante, para que huela a ajo.



Paletilla de cabrito asada con timbal de patata e ibéricos

40 min | 1 persona | Nivel fácil | Cabrito

Ingredientes

- *1 paletilla de cabrito*
- *50 g de mantequilla*
- *½ zumo de un limón*
- *1 diente de ajo*
- *1 guindilla cayena*
- *1 brizna de tomillo*
- *1 brizna de romero*
- *50 ml de agua*
- *1 kg de patata*
- *2 cebolletas*
- *10 g de sal*
- *1 c/s polvo de hierbas*
- *5000 ml de aceite virgen*
- *2 g de jamón picado*

Paso a paso

1. Pelamos las patatas y las cortamos como para tortilla española, del mismo grosor.
2. Pelamos las cebollas y las cortamos bien finitas.
3. En una bandeja de horno mediana y profunda pondremos una capa de patatas bien colocadas, cubriendo el fondo, luego esparciremos cebolleta.
4. Salamos y sazonamos con el polvo de hierbas.
5. Cubrimos con papel aluminio y horneamos a 180ºC 50 min.
6. Atemperamos la mantequilla durante 1 hora.
7. En una bandeja de barro con un poquito de agua, guindilla y el ajo chascado pondremos la paletilla.
8. Precalentamos el horno a 150º C y metemos nuestra paletilla que daremos la vuelta cada 30 min, terminando por su cara exterior.
9. Atamos el tomillo y el romero formando una brocha.
10. Exprimimos el limón y ese será el líquido con el que pincelaremos cada 15 min.
11. Asaremos durante 2 h o hasta que al mover el hueso se despegue de la carne sin esfuerzo.
12. Es importante que durante la cocción la bandeja no se quede seca, si es así agregamos agua de tanto en tanto.
13. Una vez dorada, recuperaremos el jugo de la bandeja que será nuestra salsa.
14. En un plato alargado pondremos la paletilla, nuestro timbal y acompañaremos con un cuenquito de salsa y su brocha de hierbas.

Rack de cordero lechal con puré de patata e ibéricos

45 min | 1 persona | Nivel fácil | Lechal

Ingredientes

- *Medio costillar de cordero*
- *2 cucharadas de mantequilla*
- *1 ramita de romero*
- *1 ramita de tomillo*
- *1 diente de ajo*
- *100 g de patata cocida*
- *50 g de mantequilla*
- *2 cucharadas de leche*
- *4 cucharadas de nata*
- *2 lonchas de cecina*
- *3 patatas violetas*
- *1 berenjena baby*
- *2 cucharadas de salsa de carne*

Paso a paso

1. Cogemos las hierbas y les quitamos las hojas. Pelamos el ajo y picamos con las hierbas.
2. Fundimos la mantequilla junto al ajo y a las hierbas. Reservamos.
3. Cocemos las patatas con piel en agua, las pelamos y separamos los 100 g.
4. Reducimos nata en una sartén hasta que espese.
5. Metemos los ingredientes calientes en un vaso y los trituramos con la turmix, al final vamos agregando la mantequilla en dados montando el puré.
6. Mezclamos cuando lo sirvamos.
7. Cocemos la patata violeta con piel en agua con sal, la pincharemos para comprobar si cae, si se desliza del cuchillo está lista.
8. Cortamos las berenjenitas en gajos y saltearemos con la patata violeta troceada, añadimos sal y terminamos glaseando con jugo de carne.
9. Calentamos la mantequilla en una sartén y metemos la costilla, la vamos dorando por las caras sin quemar la mantequilla.
10. Una vez dorado, lo metemos al horno a 180º C 4 min, servimos nuestro puré, encima las patatas salteadas, coronamos con el rack y salseamos con la salsa resultante del salteado de patatas y berenjenas.

Pochas tradicionales con cordero

55 min | 15 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *1 solomillo de cordero*
- *1,5 kg de pochas*
- *2 tomates maduros*
- *2 pimientos verdes*
- *2 cabezas de ajo*
- *2 cebollas*
- *150 ml de aove*
- *20 g de sal*
- *1 g de pimienta negra*
- *10 g de cebolleta verde*
- *5 g de perejil*

Conoce las pochas

Las pochas son un producto de temporada, siendo agosto su mejor momento, esta se encuentra dentro de vainas con aspecto marchito que se recolectan antes de su madurez, con lo cual es una verdura que ha de consumirse fresca o en su defecto congelada, ya que no ha completado su ciclo como leguminosa.

Paso a paso

1. Se ponen las pochas con agua fría que cubra.
2. Incorporamos la mitad del aceite, la sal, la cebolla partida en dos pero que no se deshojen.
3. Cortamos la raíz del ajo para eliminar la tierra, pinchamos los tomates con un tenedor y el pimiento verde despepitado.
4. Una manera de detectar si les falta cocción es mover con una cuchara suavemente, si se detecta que golpean las pochas la cuchara es que quizá deba estar unos minutos más al fuego.
5. Es importante que siempre estén cubiertas de agua, pero como máximo un dedo por encima.
6. Quitamos las verduras con algún ajo cocido y pelado, las trituramos en el robot para que se cocinen del todo, colamos, esto hará que se quede como una crema que será lo que dé la textura aterciopelada y brillante.
7. Incorporamos la crema y a fuego muy suave y con movimiento circular de la olla vamos incorporando el resto del aceite para que se emulsione su almidón con los mismos.
8. Al solomillo lo marcamos con el hueso y salpimentamos. Cortamos el verde de la cebolleta a lo largo y reservamos.
9. Servimos nuestras pochas en un plato sopero con el perejil picado, ponemos el solomillo trinchado encima en línea y encima la cebolleta crujiente para aportar frescura.

Pierna de cordero asada en barbacoa

1,30 h | 2 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *1 pierna de cordero*
- *Ajos*
- *Sal*
- *Tomillo*
- *Romero*
- *2 boniato medianos*

Cuscús:

- *100 g de cuscús*
- *6 dátiles*
- *1 cebolla*
- *2 dientes de ajo*
- *1 c/c de cúrcuma*
- *1 c/c de curry*
- *Aove*
- *Caldo de pollo*

Paso a paso

1. Hacer unos cortes en la pierna de cordero e introducir los dientes de ajo, sazonar y añadir aceite de oliva, añadir romero y tomillo e introducir en la barbacoa, poner a un lado el carbón y en el lado opuesto la pierna, de esta forma no da directamente el calor, tapar la barbacoa con el tiro abierto, dejar cocinar durante 1 hora y media aproximadamente, dar la vuelta cada 20 min. dependerá del tamaño de la pierna y de la calidad del carbón.
2. Añadir también los boniatos abiertos por la mitad, con sal, pimienta, romero y tomillo, colocarlos por la parte de la piel y dejar hasta que estén cocinados.
3. Para el cuscús, calentar el caldo hasta hervir y añadir sobre el cuscús, tapar y dejar que se hidrate durante 5 min, abrir y separar los granos con un tenedor.
4. Mientras, saltear los ajos picados con un poco de aceite, añadir la cebolla cortada en juliana, una vez pochada, añadir los dátiles cortados en dados pequeños, el curry y la cúrcuma, añadir el cuscús, si este está demasiado seco añadir un poco de caldo, mezclar todo, rectificar de sal y pimienta, servir junto con la pierna de cordero y los boniatos.

Cordero guisado, garbanzos refritos y arroz

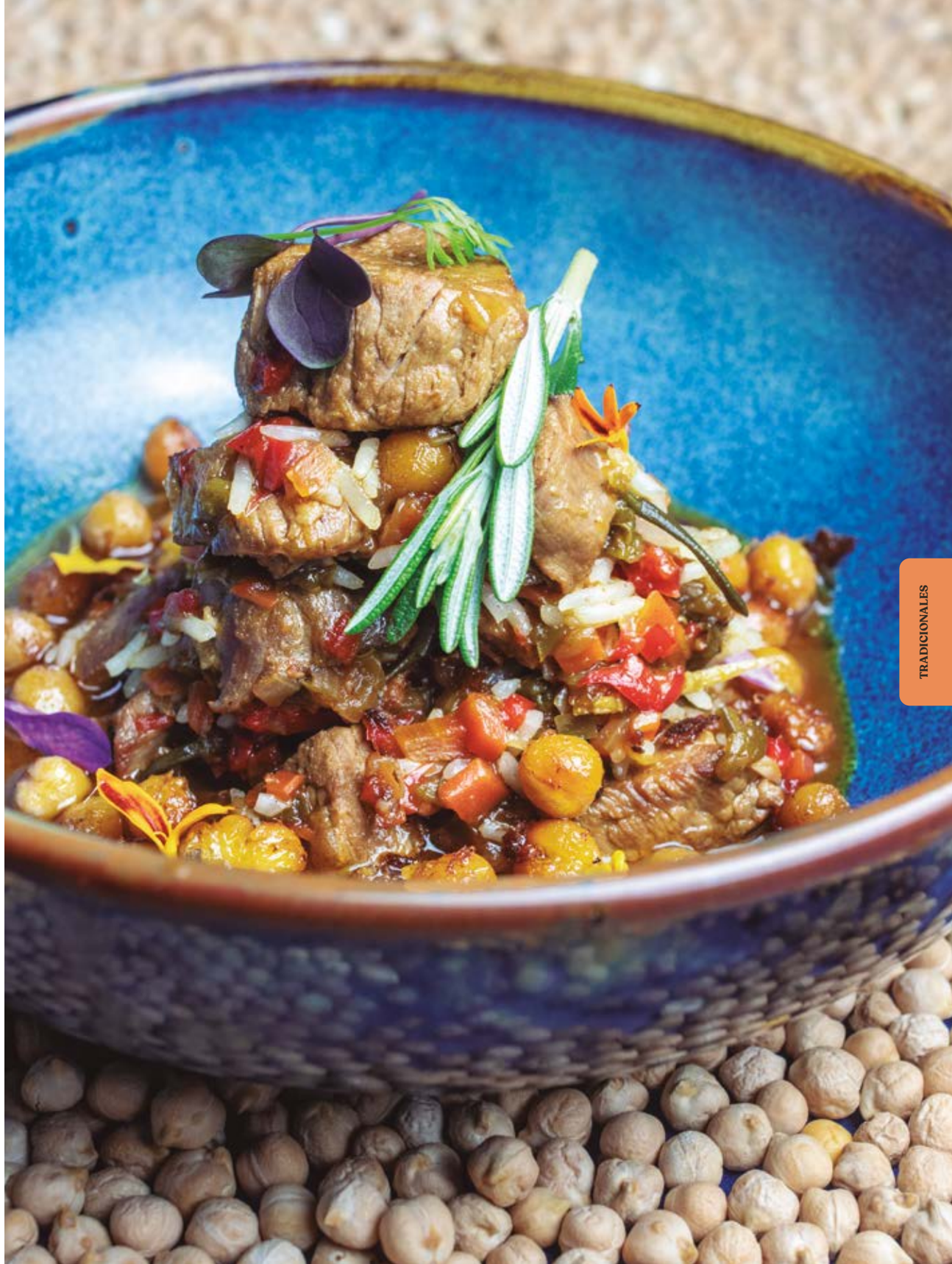
1 h | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *1 pierna de cordero deshuesada*
- *1 cebolla*
- *1 pimiento verde*
- *1 pimiento rojo*
- *1 zanahoria*
- *2 dientes de ajo*
- *100 ml de vinagre de arroz*
- *1 l de caldo de carne*
- *150 g de garbanzos cocidos*
- *50 g de arroz*
- *5 g de pimienta negra*
- *Sal*
- *1 brizna de tomillo*
- *10 g de perejil*
- *5 g de cilantro*
- *5 g de albahaca*

Paso a paso

1. Cortamos la pierna en dados de 2 x 2 cm; lo rehogamos a fuego vivo en un puchero o sartén honda; salpimentamos, y una vez dorado, retiramos.
2. Picamos en daditos la cebolla, la zanahoria y el pimiento verde; lo rehogamos en el mismo puchero donde habíamos rehogado el cordero. Sazonamos con la pimienta, el tomillo y un poco de sal.
3. Salteamos a fuego vivo los garbanzos, para que estén refritos, con mucho color y casi crujientes.
4. Incorporamos el cordero, el vinagre y cubrimos con caldo.
5. Dejamos hervir a fuego lento una media hora, hasta que esté tierno.
6. Una vez casi terminado, añadimos los garbanzos y el arroz cocido. Ponemos a punto de sal, pimienta y algo de picante.
7. En un plato sopero, colocaremos el guisado, en un equilibrio entre sólido y líquido, que no esté descompensado.
8. Decoraremos con unas pizcas de una mezcla de perejil picado, cilantro y albahaca, se lo añadiremos por encima para darle color y refrescar el plato.



Paletilla de cordero lechal asada con verduras

1 h 40 min | 2 personas | Nivel fácil | Lechal

Ingredientes

- *2 paletillas de cordero lechal*
- *1 pimiento rojo*
- *1 pimiento verde*
- *1 calabacín*
- *1 cabeza de ajos*
- *300 g de patatas redondas cocidas*
- *Aceite de oliva*
- *Sal*
- *Pimienta*
- *Romero*
- *Perejil picado*
- *1 c/s de mantequilla*

Consejos

Si no dispones de tanto tiempo, puedes hacer las paletillas asadas simplemente con aceite en una bandeja de horno, ajos con la piel y una cebolla cortada en gajos grandes. Hornéalo durante 1 hora aprox. a 200º C y a mitad de la cocción, añade ½ vaso de vino blanco. Se cocinará en menos tiempo.

Mira la receta en vídeo

Paso a paso

1. Sazonamos las paletillas y las restregamos con un diente de ajo.
2. Embadurnamos con aceite de oliva y las colocamos en una bandeja con un dedo de agua. Añadimos 4 o 5 dientes de ajo y unas ramas de romero.
3. Introducimos las paletillas en el horno previamente precalentado a 180º C durante 90 min aproximadamente, dando la vuelta de vez en cuando y regando por encima con su propio jugo. Subimos la temperatura del horno a 220º C y dejamos que se dore unos 10 min.
4. Mientras, cortamos los pimientos en tiras y el calabacín en medias lunas gruesas y los introducimos en una sartén amplia. Cocinamos los pimientos sazonados con una cucharada de aceite a fuego medio y cuando empiecen a coger color, añadimos los calabacines y dejamos que se doren. Reservamos.
5. Picamos el resto de los ajos, 2 o 3 dientes, y sofreímos en un sartén con la mantequilla. Cuando se empiecen a dorar, añadimos las patatas escurridas con el perejil picado y unas hojas de romero. Salteamos y reservamos.
6. Servimos las paletillas bien calientes con las verduras y las patatas.

Corona de cordero lechal asada

1 h | 2 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *1 costillar de cordero lechal*
- *½ kg de patatas mini*
- *Tomates cherry*
- *Aove*
- *Sal*
- *Pimienta*
- *Romero*
- *Tomillo*
- *1 c/s de miel*
- *2 c/s de vinagre*
- *3 c/s de vino blanco*

Paso a paso

1. En un bol mezclar el vino, el vinagre y la miel, añadir las hierbas aromáticas y mezclar, reservar.
2. Pedir al carnicero que prepare el costillar para hacer una corona, salpimentar y enrollar en forma de corona, atar con cuerda de cocina, colocar en una bandeja de horno y añadir la mezcla anterior por encima de la corona de cordero, incorporar las patatas alrededor, salpimentar, añadir un chorro de aceite de oliva e introducir en el horno a 180º C durante 50 min aprox.
3. Cortar los tomatitos y colocarlos en una bandeja de horno y añadir sal, pimienta, azúcar, tomillo y aove, introducir en el horno durante 20 min. aproximadamente.
4. Servir la corona acompañada de las patatas y los tomatitos cherry asados.

Churrasco al mole

2 h 30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *4 churrascos de cordero*
- *Sal*
- *Pimienta*
- *2 cucharadas de mole poblano*
- *1 boniato grande*
- *Aceite de oliva*

Conoce los churrascos

El churrasco es una de las mejores piezas del cordero y uno de los cortes más tiernos de todo el animal, utilizado tradicionalmente para hacer guisos con gran sabor.

Paso a paso

1. Salpimentamos los churrascos y los introducimos dentro del horno con un recipiente con agua para que genere vapor. Cocinamos a 120º C durante 2 h, junto con el boniato pelado. Retiramos este último cuando esté tierno.
2. Subimos la temperatura a 220º C. Pintamos frecuentemente con ayuda de un pincel con el mole diluido en agua hasta conseguir una salsa fluida.
3. Trituramos el boniato asado con un chorro de aceite de oliva, salpimentamos.
4. Retiramos al dorar los churrascos y servimos junto con el puré de boniatos.

Paletilla a la sal

1 h 30 min | 1 persona | Nivel fácil | Lechal

Ingredientes

- *1 paletilla de cabrito de lechal*
- *Miel*
- *Tomillo y romero*
- *Sal gorda*
- *1 berenjena*
- *1 calabacín*
- *100 g de calabaza cacahuete*
- *1 cebolla*
- *100 g de tirabeques*
- *AOVE*
- *Pimienta*
- *Sal*

Paso a paso

1. Mezclamos la sal gorda con las hierbas aromáticas y humedecemos con un poco de agua.
2. Colocamos la paletilla sobre una bandeja de horno, una pieza entera. Presionamos con las manos para compactar bien la sal y así evitar que se nos abra durante la cocción.
3. Introducimos en el horno y asamos a una temperatura de 180º C durante 1 h.
4. Para elaborar la guarnición, cortamos las verduras en rodajas, añadimos sal y dejamos reposar 15 min para que suelten el agua.
5. Secamos con un papel absorbente para quitar el exceso de agua y untamos todas las verduras con aceite de oliva. Las hacemos a la parrilla hasta que estén doraditas y las servimos con la paletilla de cabrito asada.

Carré de cabrito con puré de patata y calabaza

1 h 30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cabrito

Ingredientes

Para el carré:

- *1 carré de cabrito de unos 600 g*
- *50 g de pan rallado*
- *100 g de hierbas picadas (perejil, tomillo, romero)*
- *2 dientes de ajo picados finos*
- *50 g de mantequilla fundida*
- *Pimienta negra recién molida*
- *Sal*

Para los espárragos:

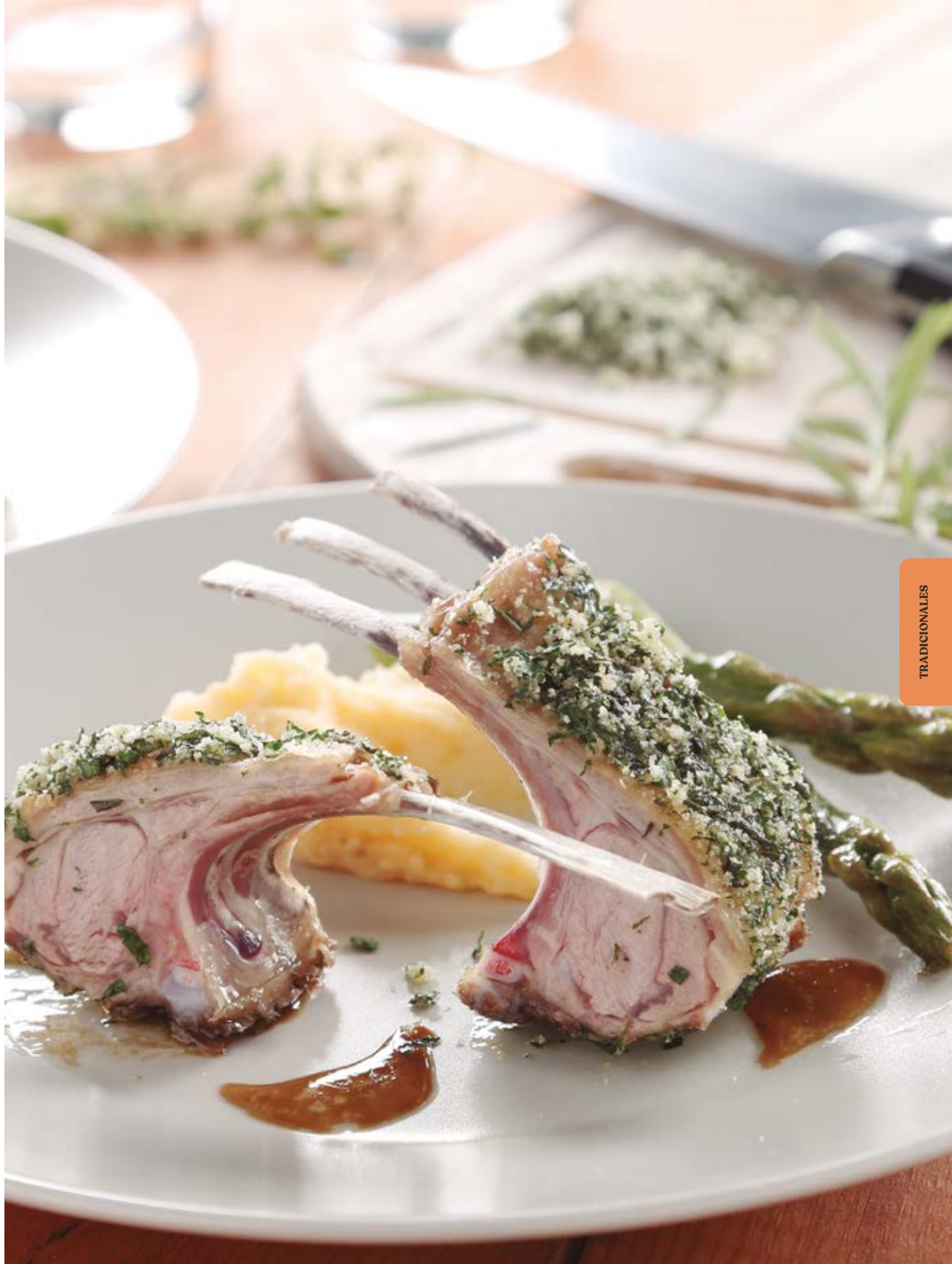
- *6 espárragos verdes*
- *50 g de mantequilla*
- *Sal*

Para el puré:

- *100 g de patata*
- *100 g de calabaza*
- *50 g de mantequilla*
- *Pimienta*
- *Sal*

Paso a paso

1. Salpimentamos la pieza y sellamos en la sartén hasta que la carne esté doradita.
2. Hacemos la costra de hierbas mezclando el pan rallado, las hierbas muy picaditas, los dientes de ajo picados finos, la sal y la pimienta. Untamos el carré con la mantequilla y pasamos por la costra para que se pegue.
3. Horneamos 10 min a 180º C.
4. Para el puré, cocemos la patata y calabaza hasta que estén tiernas.
5. Todavía en caliente, aplastamos con un tenedor y las pasamos por un tamiz para obtener un puré fino. Mezclamos con la mantequilla y salpimentamos.
6. Por otro lado, escaldamos los espárragos durante 5 min en agua hirviendo con sal. Después, los glaseamos en una sartén con la mantequilla y una pizca de agua hasta que estén brillantes.
7. Servimos el cabrito ya horneado junto con el puré y los espárragos.



Filete de carrillón adobado con pimentón y ensalada de pimientos

1 h | 2 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

Para el carrillón:

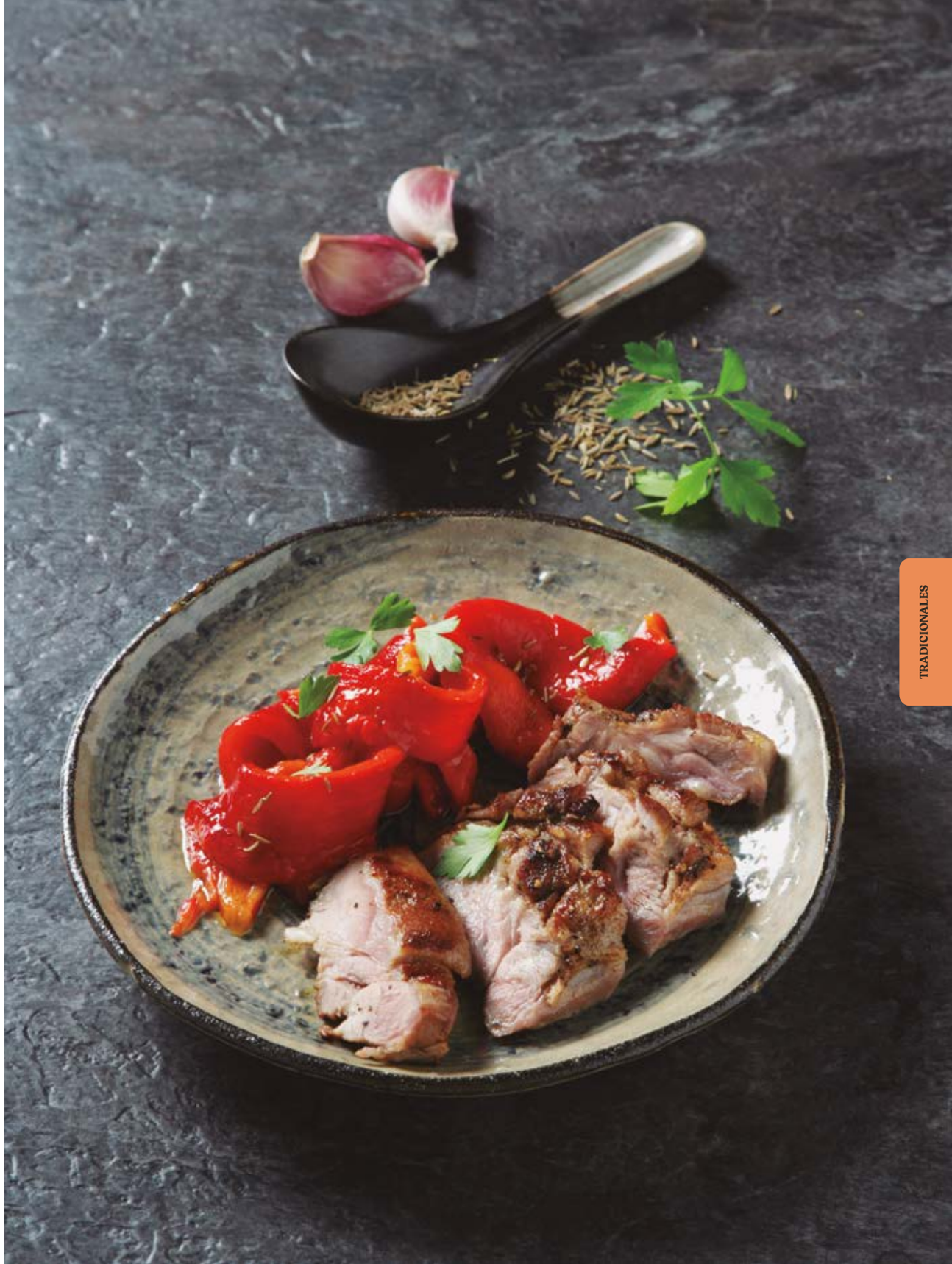
- *4 filetes de carrillón de cordero*
- *1 cucharadita de pimentón dulce*
- *1 diente de ajo*
- *½ cucharadita de comino recién molido*
- *Aceite de oliva*
- *Perejil fresco*
- *Sal*
- *Pimienta*

Para la ensalada:

- *3 pimientos grandes*
- *1 cucharadita de vinagre de Jerez*
- *½ diente de ajo*
- *½ cucharadita de comino*
- *Aceite de oliva*
- *AOVE*
- *Sal*

Paso a paso

1. Salpimentamos los filetes de carrillón y marinamos la noche anterior con el ajo triturado, el pimentón, el comino molido y un par de cucharadas de aceite de oliva. Los dejamos fuera de la nevera 1 h antes de cocinarlos.
2. Lavamos los pimientos, embadurnamos de aceite de oliva, salpimentamos y asamos a 170º C durante 45 min, dándoles la vuelta cada 15 min. Retiramos sobre un bol y tapamos con papel film para dejarlos sudar y facilitar el pelado.
3. Una vez templados, pelamos, troceamos y dejamos macerar con el ½ diente de ajo machacado en un mortero junto con el comino, el vinagre de Jerez, un pellizco de sal y un chorro generoso de aceite de oliva virgen extra.
4. Mientras tanto, calentamos una parrilla o una amplia sartén, a fuego fuerte. Doramos los filetes por ambas caras hasta cocinar su interior, con ayuda de un par de cucharadas de aceite de oliva.
5. Servimos los filetes con los pimientos y perejil fresco.



Cabrito asado con patatas panadera

2 h | 1 persona | Nivel fácil | Cabrito

Ingredientes

Para el cabrito:

- *Medio cabrito de lechal*
- *Manteca*
- *Agua*
- *Pimienta a gusto*
- *Sal*

Para las patatas:

- *1 patata*
- *1 cebolla*
- *Aceite de oliva*
- *Perejil*
- *Pimienta*
- *Sal*

Paso a paso

1. Ponemos el cabrito de lechal en la rejilla del horno y untamos con manteca de cerdo. Colocamos debajo una bandeja con agua para que haga vapor.
2. Añadimos sal y pimienta y asamos a 180º C en el horno de vapor durante 2 h aproximadamente. Si no tenemos vapor en el horno, rociamos la pieza de cabrito con un vaporizador cada 7 min para evitar que se quiebre y obtener así una corteza bonita.
3. Para la guarnición de patatas panadera, pochamos con aceite la patata pelada y cortada en rodajas junto con la cebolla cortada hasta que estén blanditas.
4. Si queremos las patatas más doradas, hacemos la cebolla por separado para evitar que se queme.
5. Salpimentamos al gusto y añadimos perejil picado por encima.

Churrasquitos fritos con pisto

40 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *900 g de churrasquitos de cordero adobados*
- *1 calabacín*
- *1 cebolla*
- *1 pimiento rojo*
- *½ berenjena*
- *300 g de tomate frito*
- *Aceite de oliva*
- *Sal*

Paso a paso

1. Cubrimos dentro de una cazuela los churrasquitos con aceite de oliva y los cocinamos a temperatura media hasta dorar.
2. Mientras tanto, para el pisto, cortamos en dados la cebolla, el pimiento, el calabacín y la berenjena, sofreímos por separado hasta dorar. Añadimos el tomate en la misma sartén y añadimos las verduras y dejamos cocinar el conjunto a fuego bajo. Sazonamos.
3. Servimos los churrasquitos fritos con el pisto.

Paletilla de cordero lechal asada con patatas hasselback

1 h | 2 personas | Nivel fácil | Lechal

Ingredientes

- *1 paletilla de cordero lechal*
- *Aove*
- *Sal*
- *Tomillo*
- *1 cabeza de ajos*
- *Vino blanco*
- *2 patatas*
- *100g de mantequilla pomada*
- *2 dientes de ajo*
- *Perejil*
- *Sal*
- *Pimienta*

Paso a paso

1. Poner la paletilla en una bandeja de horno y sazonar, añadir los ajos, el tomillo y el romero, un chorrito de aceite de oliva, el vino y un poco de agua, introducir en el horno a 180ºC, dejar cocinar 60 min, si vemos que se evapora el jugo añadir un poco de agua, dar la vuelta a la paletilla a mitad de cocción, dejar cocinar hasta que esté cocida y dorada por encima.
2. Para las patatas, coger patatas de unos 150g y lavarlas. Hacer una pequeña base y colocar la patata entre dos palillos chinos o de brocheta, cortar en rodajas las patatas, los palillos evitarán que se corten del todo, colocarlas en una bandeja de horno, salpimentar.
3. Mezclar la mantequilla ablandada, ajo y perejil en un bol y añadirla sobre las patatas, introducir en el horno a 180ºC a la vez que las paletillas, dejar hasta que estén cocinadas.

Churrasco de cordero asado con hierbas

2 h 30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *4 churrascos de cordero*
- *2 cucharadas de hierbas aromáticas picadas (romero, tomillo, perejil, cilantro)*
- *3 dientes de ajo grandes*
- *Aceite de oliva*
- *Sal y pimienta molida*
- *12 cebollitas*

Paso a paso

1. Salpimentamos los churrascos e introducimos dentro del horno con un recipiente con agua para que genere vapor. Cocinamos a 120º C durante 2 h.
2. Cocemos las cebollitas peladas durante 3 minutos en agua con sal a temperatura media. Escurrimos y reservamos.
3. Añadimos las cebollas en la bandeja de los churrascos y subimos la temperatura a 220º C.
4. Picamos muy menudos los dientes de ajo y mezclamos con las hierbas picadas y un poco de aceite de oliva hasta hacer una pasta.
5. Cuando estén casi dorados, impregnamos éstos con la pasta de hierbas y terminamos de dorar.

Consejos

Para esta receta te proponemos añadir al final de la cocción unas hierbas aromáticas, puedes usar las que más te gusten ya que la carne de cordero es muy agradecida y admite muchas combinaciones de distintos sabores.

Ten en cuenta que las hierbas se queman enseguida, no pongas el costillar muy cerca del *grill*. Si mantienes el color de las hierbas será mas vistoso.

Mira la receta en vídeo

Chuletitas de cordero con puré y trigueros

1h 30 min | 4 personas | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

- *20 chuletitas de cordero*
- *1 kg de patatas*
- *1 manojo de espárragos trigueros*
- *12 cebollitas mini*
- *Mantequilla*
- *100 ml de vino blanco*
- *Leche*
- *Tomillo*
- *Romero*
- *Pimienta*
- *Sal*
- *Aceite de oliva*

Paso a paso

1. Salpimentamos las chuletillas y añadimos tomillo y romero fresco picado, añadimos un poco de aceite y dejamos macerar mientras hacemos las guarniciones.
2. Pelamos y troceamos las patatas. Las ponemos a cocer en abundante agua con sal hasta que estén cocidas, unos 30 o 40 min.
3. Escurrimos bien y las pasamos por un pasapurés, añadimos dos cucharadas de mantequilla, sal, pimienta y leche caliente hasta que tenga la consistencia deseada.
4. Para las cebollitas, las pelamos dejando la parte de la unión sin cortar para que no se separen las capas. En una sartén ponemos una cucharada de mantequilla y dos de azúcar e introducimos las cebollitas, dejamos que empiecen a caramelizar y a coger color, entonces añadimos el vino blanco, dejamos hervir un minuto y agregamos agua hasta cubrir la mitad de las cebollitas. Sazonamos y tapamos la sartén, dejamos cocinar aproximadamente 15 / 20 min, retiramos la tapa y dejamos reducir el jugo hasta que se quede en un caramelo ligero.
5. Blanqueamos los espárragos durante un par de minutos en agua con sal, los escurrimos y después, los hacemos en una sartén o parrilla junto con las chuletillas de cordero.
6. Servimos las chuletillas de cordero sobre el puré de patata y añadimos los espárragos y las cebollitas alrededor.

Pierna de cordero rellena de jamón serrano y champiñones

1 h 30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

Para la pierna de cordero:

- *1 pierna de cordero recental deshuesada*
- *50g de miga de pan*
- *3 dientes de ajo*
- *100 g de jamón serrano*
- *100 g de champiñones*
- *Tomillo*
- *1 huevo*
- *50 ml vino blanco*
- *3 patatas*
- *Tomillo*

Para las chalotas:

- *300g de chalotas*
- *30g de mantequilla*
- *2c/s de azúcar de caña*
- *60g de vinagre de Módena*
- *Sal*
- *Aceite de oliva*

Paso a paso

1. Limpiar los champiñones de la parte del tronco y picarlos en dados pequeños, saltear con un poco de aceite, sal y pimienta hasta que pierda toda el agua y estén pochados.
2. En un bol mezclar los ajos picados junto con los champiñones, añadir el jamón picado, el pan troceado, tomillo deshojado y el huevo, mezclar y reservar.
3. Pedir al carnicero que nos deshuese la pierna dejándola lo más entera posible, ponerla sobre una tabla de cocina con la piel hacia abajo, intentar repartir la carne para formar lo más parecido a un rectángulo, salpimentar y poner una capa de la masa de champiñón y jamón, extendiéndolo bien por toda la pierna.
4. Enrollar formando un cilindro y bridar con cuerda de cocina, introducir en una bandeja de horno, añadir sal y pimienta, introducir en el horno a 200ºC durante unos 20 min, retirar la pierna del horno y añadir las patatas en rodajas gruesas alrededor, salpimentar las patatas, añadir unas ramitas de tomillo, vino blanco, agua y aceite de oliva. Introducir de nuevo la pierna rellena en el horno y bajar la temperatura a 180ºC, dejar cocinar por 1 hora aproximadamente, añadir un poco de agua a la bandeja si vemos que se queda seco.
5. Mientras, en una sartén poner la mantequilla, añadir las chalotas, dejar que se sofrían unos minutos, añadir el azúcar, hasta que empiecen a caramelizar e incorporar el vinagre de Módena, dejar cocinar hasta que las chalotas estén cocinadas, si es necesario añadir un poco de agua.

Receta de @lasrecetasdemj

Pierna de cordero rellena de manzana y orejones

2 h 30 min | 4 personas | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

- *1 pierna de cordero deshuesada*
- *1 manzana*
- *4 orejones*
- *Un puñado de pasas*
- *20 g de piñones*
- *350 ml de caldo de pollo*
- *250 ml de vino Montilla Moriles*
- *3 patatas*
- *250 g de chalotas*
- *Los huesos de la pierna*
- *1 cebolla*
- *1 zanahoria*
- *½ puerro*
- *1 ramita de romero fresco*
- *3 ramitas de tomillo fresco*
- *Aceite de Oliva Virgen Extra*
- *Pimienta negra*
- *Sal*
- *Cuerda para uso alimentario*

Paso a paso

1. Abrimos la pierna de cordero deshuesada y salpimentamos por ambas caras, la dejamos abierta con la parte interior boca arriba mientras preparamos el relleno.
2. Pelamos y descorazonamos la manzana, la cortamos en cuartos y la laminamos, la echamos en un bol. Picamos en trozos pequeños los orejones y los incorporamos junto a la manzana, agregamos las pasas y los piñones, mezclamos bien y lo echamos por encima de la pierna de cordero, volvemos a cerrarla respetando la forma y la bridamos con cuerda para uso alimentario.
3. Pelamos y partimos las patatas en cubos, las ponemos en una bandeja de horno. Pelamos las chalotas y las repartimos por la bandeja, salpimentamos las patatas y las chalotas. Colocamos en el centro la pierna de cordero. Echamos un chorrito de aceite de oliva virgen extra a todo y 100 ml de caldo para que no se nos reseque el asado, repartimos las aromáticas por encima.
4. Horneamos a 170º C durante 90 min. Mientras tenemos la pierna en el horno preparamos un fondo para hacer una salsa.
5. Pelamos y troceamos las verduras. Ponemos un cazo al fuego con un chorrito de aceite de oliva y doramos las verduras, una vez tostadas incorporamos los huesos del cordero y seguimos tostando, ¡ojo! No se tiene que quemar sino tostar. Una vez tostadas las verduras y los huesos regamos con el Montilla Moriles y con el caldo y dejamos reducir a fuego medio hasta que la salsa haya espesado.
6. Retiramos la cuerda de la pierna y la cortamos en rodajas para presentar, servimos en una fuente redonda con las patatas y las chalotas alrededor de la pierna. Una vez reducida la salsa la colamos y salseamos el cordero.

Medallones de cordero con sémola de trigo salteada

30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *8 medallones de cordero*
- *80 g de sémola de trigo*
- *2 dientes de ajo*
- *90 g de chalotas*
- *20 g de uvas pasas*
- *120 g de dados de manzana*
- *2 clavos de olor*
- *1 vaina de cardamomo*
- *Pimienta negra*
- *Perejil*

Paso a paso

1. Cubrimos la sémola con agua caliente y dejamos reposar. Picamos las chalotas en juliana, la manzana en cubos y el ajo.
2. Ponemos aceite de oliva en una sartén y doramos las chalotas con el ajo picado. Añadimos las semillas de pimienta, los clavos de olor y el cardamomo a fuego medio. Agregamos la manzana, la pimienta negra molida y las pasas. Subimos el fuego y doramos. Añadimos la sémola y salteamos constantemente durante dos minutos. Ponemos a punto de sal y reservamos.
3. Salpimentamos los medallones y los doramos en una sartén con aceite. Ponemos un poco de sal y servimos bien caliente con la sémola de trigo.

Mira la receta en vídeo

Collares de cordero macerados con ajo y tomillo

1 h 30 min | 4 personas | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

- *8 rodajas de cuello de cordero*
- *4 dientes de ajo*
- *160 g de champiñones*
- *340 g de patatas pequeñas*
- *Aceite de oliva*
- *10 g de avellanas peladas*
- *5 g de hojas de albahaca*
- *15 g de vinagre de Jerez*
- *Unas briznas de tomillo fresco*
- *Pimienta molida*
- *Sal*

Paso a paso

1. Picamos un diente de ajo muy fino junto con unas briznas de tomillo fresco. Mezclamos con un par de cucharadas de aceite de oliva y embadurnamos con esta mezcla las chuletas de cuello durante unas horas.
2. Mientras, cocemos en abundante agua con sal las patatas hasta que estén tiernas. Colamos una vez templadas y porcionamos.
3. Limpiamos los champiñones y cortamos en cuartos. En una sartén amplia, doramos los champiñones a fuego medio alto con un par de cucharadas de aceite de oliva, sazonamos.
4. En una amplia sartén antiadherente, doramos por ambas caras las chuletas de cuello de cordero a fuego medio. Salpimentamos.
5. Machacamos las avellanas peladas junto con el resto de ajos y las hojas de albahaca, con un pellizco de sal y el vinagre de Jerez hasta formar un picadillo. Aliñamos la guarnición con el picadillo y una vez emplatado ponemos un poco de picadillo también sobre el cordero.

San Jacobo de cordero

45 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *8 filetes muy finos de pierna de cordero*
- *4 lonchas de queso para fundir*
- *4 lonchas finas de jamón serrano*
- *2 huevos*
- *Harina*
- *Pan rallado*
- *350 g de patata cocida*
- *40 g de mantequilla*
- *Pimienta molida*
- *Aceite de oliva*
- *Sal*

Paso a paso

1. Salpimentamos los filetes, empezamos con 4, disponemos una loncha de queso y otra de jamón por cada uno, terminamos poniendo otro filete encima de estos ingredientes, aplastamos con las manos, prensando su interior. Los pasamos por harina, huevo batido y pan rallado y los sumergimos en abundante aceite caliente, hasta dorar por ambas caras a temperatura media. Retiramos sobre papel absorbente para el exceso de grasa adherido durante la fritura.
2. Mientras tanto, pelamos las patatas y las templamos en el microondas. Las chafamos con ayuda de un tenedor y todavía calientes, añadimos la mantequilla, la sal y pimienta al gusto, mezclamos homogéneamente.
3. Servimos cada San Jacobo dorado con un poco de puré de patata.

Flamenquines de cordero

30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *4 filetes muy finos de carrillón*
- *4 lonchas de queso*
- *4 lonchas de jamón*
- *1 huevo batido*
- *Harina*
- *Pan rallado*
- *Hojas verdes*
- *Aceite de oliva*
- *Sal y pimienta*
- *Ensalada de hojas verdes*

Paso a paso

1. Salpimentamos los filetes y disponemos sobre cada uno una loncha de queso y otra de jamón. Enrollamos sobre sí mismo, prensando el interior a cada vuelta.
2. Los pasamos por harina, huevo batido y pan rallado; freímos cada flamenquín en abundante aceite de oliva a temperatura media hasta dorar su exterior de manera homogénea. Retiramos sobre papel absorbente para eliminar el exceso de grasa adherida.
3. Servimos con alguna ensalada de hojas verdes.

Consejos

Este corte es ideal para hacer esta receta, es una de las partes más jugosas del cordero, dile a tu carnicero que te lo deje bien fino ya que al rellenarlo y enrollarlo aumentará su tamaño.
A la hora de freír el flamenquín hazlo a temperatura media, ya que si está muy fuerte se dorará por fuera y quedará crudo por dentro.

Mira la receta en vídeo

Collares de cordero con patatas a lo pobre

50 min | 4 personas | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

- *12 rodajas de cuello de cordero*
- *360 g de patata*
- *20 g de ajos pelados*
- *60 g de vino*
- *30 g de vinagre de Jerez*
- *Aceite de oliva*
- *Perejil*
- *Sal*
- *Pimienta*

Paso a paso

1. Pelamos las patatas y las cortamos en rodajas, freímos en abundante aceite de oliva hasta que se doren. Escurrimos las patatas y salpimentamos. Reservamos el aceite de oliva y sobre la misma sartén, doramos los dientes de ajo a fuego mínimo muy picados. Añadimos el vino y dejamos reducir. Regamos con el vinagre, añadimos las patatas y abundante perejil picado y cocinamos hasta evaporar el vinagre. Reservamos.
2. Salpimentamos el cordero y doramos en una amplia sartén antiadherente con unas gotas de aceite de oliva. Retiramos cuando se cocinen ambas caras. Servimos las chuletas con las patatas.

Filete de pierna vuelta y vuelta

15 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *12 filetes de pierna sin hueso de cordero*
- *200 g de brócoli*
- *1 zanahoria*
- *1 bandeja de tomates cherry (150 g)*
- *1 escarola*
- *1 cebolla morada*
- *Aceite de oliva virgen extra*
- *Sal fina*
- *Vinagre de vino*
- *Cebollino*

Paso a paso

1. Coger los filetes de pierna deshuesada de cordero, poner una sartén al fuego y hacerlos vuelta y vuelta manteniéndolos 2 min por cada lado. Añadir la sal una vez los filetes estén ya en la sartén.
2. Acompañar de una ensalada templada de brócoli, el cual escaldamos para dejarlo "*al dente*" y le añadimos ingredientes como tomates cherry a la plancha o zanahoria ligeramente escaldada, para conseguir una menestra que aliñada como una ensalada se convierte en un complemento perfecto para conseguir una cena completa en un solo plato. Sano y rápido.

Consejos

Llegamos a casa tarde, con prisas y sin ganas de hacer nada. Con el filete de pierna, en 5 min estás comiendo cordero, ligero, rápido y sabroso. Lo acompañas con una ensalada y te encuentras con una comida muy apetecible y fácil de comer hasta para los más pequeños de la casa.

Tournedó mechado con ajos

30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *4 piezas de tournedó de cordero*
- *8 dientes de ajo pelados*
- *Briznas de romero fresco*
- *Briznas de orégano fresco*
- *100 ml de vino blanco*
- *Pimienta molida*
- *Sal*

Paso a paso

1. Cortamos los dientes de ajo en cuñas.
2. Salpimentamos los tournedós por ambas caras y con ayuda de un cuchillo pequeño y afilado, practicamos unas punzadas sobre cada cara de la carne e introducimos en cada grieta, una cuña de ajos y unas briznas de hierbas frescas.
3. Sobre una amplia sartén antiadherente muy caliente, doramos los tournedós a fuego medio-alto durante 5-6 min por cada cara, o hasta conseguir el punto deseado.
4. Añadimos el vino sobre la sartén, rescatando el dorado adherido, reservamos como salsa.
5. Servimos la carne espolvoreada con hierbas frescas picadas y la salsa de vino.

French Rack con mostaza, hierbas y patatas al romero

2h | 1 persona | Nivel fácil | Cordero

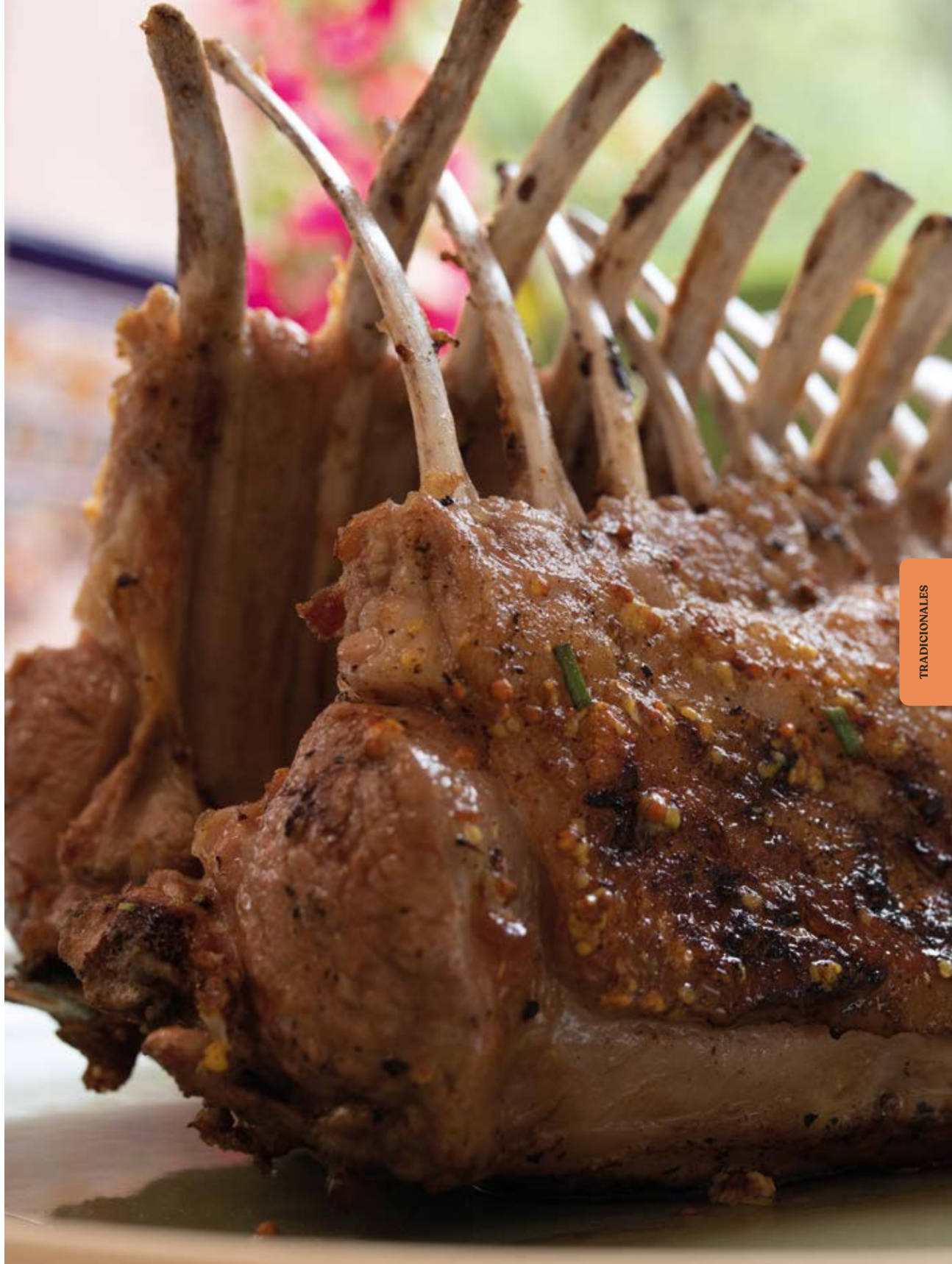
Ingredientes

- *1 pieza de french rack*
- *2 dientes de ajo*
- *30 gr de romero fresco*
- *30 gr de mostaza de Dijon*
- *50 ml de AOVE*
- *300 gr de patatas mini*
- *40 gr de mantequilla*
- *Sal y pimienta*

Paso a paso

1. Se prepara un majado con mostaza, romero y ajos, con el que se embadurna posteriormente la carne.
2. Una vez pintada, se asa a fuego lento sobre las brasas y se acompaña acompaña con patatas al horno con romero.

Mira la receta en vídeo



Tomahawk con adobo de miel y tomillo con risotto de parmesano

2h | 4 personas | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

Para el Tomahawk:

- *8 chuletas Tomahawk*
- *20 gr de tomillo*
- *20 gr de miel*
- *Sal y pimienta*

Para el risotto:

- *750-1000 ml de caldo de pollo*
- *4 cucharadas de mantequilla*
- *1 cebolla*
- *1 diente de ajo*
- *1 taza y media de arroz*
- *250 ml de un vino blanco seco*
- *1/2 cucharadita de sal*
- *1/4 de cucharadita de pimienta negra molida*
- *1/2 taza de queso Parmesano rallado*

Paso a paso para el risotto

1. Derretimos 2 cucharadas de mantequilla en una sartén grande a fuego medio. Cuando la mantequilla esté burbujeando, añadimos la cebolla y el ajo picado para que se frían unos minutos, revolviendo ocasionalmente, hasta que la cebolla se ablande y los ajos se doren ligeramente.
2. Incorporamos el arroz (sin lavar) y revolvemos los ingredientes durante un par de minutos.
3. Agregamos el vino blanco, bajamos la temperatura a un fuego medio-bajo y dejamos que se cocinen, removiendo frecuentemente, hasta que todo el líquido se absorba.
4. Añadimos media taza de caldo y, sin parar de remover, esperamos que el arroz absorba todo el líquido antes de añadir más. Vertemos otra media taza de caldo y volvemos a hacer lo mismo. Continuamos así hasta que el caldo se termine y veamos que el arroz está al dente, ni muy suave, ni muy duro.
5. Apagamos el fuego y retiramos la sartén. Agregamos sal, pimienta negra, el queso parmesano y la mantequilla restante, y continuamos removiendo todo hasta que la mantequilla se derrita y todos los ingredientes se distribuyan uniformemente.

Paso a paso para el Tomahawk

1. Añadimos el vinagre a la miel y mezclamos para formar el aliño. Añadimos también el tomillo y reservamos.
2. Cocinamos las chuletas a la barbacoa, salpimentamos y pintamos con el aliño. Les vamos dando la vuelta para que se doren por ambos lados, acordándonos de pintar bien cada lado.
3. Emplatamos el tomahawk sobre la base de risotto.

Recetas Contemporáneas

Cuarto delantero de cordero asado

2 horas | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *1 cuarto delantero de cordero*
- *Sal*
- *Pimienta*
- *Aove*

Cuscús:

- *1 taza de cuscús*
- *1,5 tazas de caldo de ave*
- *1 cebolleta*
- *1 zanahoria*
- *½ pimiento rojo*
- *½ calabacín*
- *1 boniato*
- *½ cucharadita de cúrcuma*
- *½ cucharadita de jengibre*
- *½ cucharadita de comino*
- *8-10 dátiles*
- *1 manzana*

Paso a paso

1. Poner el cordero en una bandeja de horno, añadir sal y untar con aceite de oliva. Colocar en el fondo de la bandeja un poco de agua.
2. Asar a 180ºC durante unas 2 horas en el horno. Si no tenemos vapor en el horno, rociar la pieza de cordero con un vaporizador cada 15 minutos para evitar que se quiebre y obtener así una corteza bonita.
3. Hidratar el cuscús con el caldo bien caliente y tapar, dejar 10 minutos y separar los granos con un tenedor, reservar.
4. En una sartén con un poco de aceite sofreír las verduras cortadas en dados pequeños, añadir las manzanas también en dados junto con los dátiles troceados y dejar cocinar hasta que la verdura esté hecha, añadie el cuscús y las especias, saltear unos minutos, rectificar de sal y servir junto con el cordero.

Curry de albóndigas de cordero

45 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

Para las albóndigas:

- *400g de carne cordero picada*
- *100g de panceta o tocino picado*
- *2 dientes de ajo picados*
- *40g de miga de pan*
- *30ml de leche*
- *1 huevo*
- *1 cucharadita de curry en polvo*
- *1 manojito de cilantro fresco picado*

Resto de ingredientes:

- *1 cebolla (150g)*
- *2 dientes de ajo*
- *200 g de calabaza*
- *15 g de jengibre*
- *50 ml de vino de Jerez*
- *100 ml de caldo de ave*
- *3 hojas de lima kaffir*
- *1 guindilla*
- *1 c/s de tomate concentrado*
- *1 c/s de curry en polvo*
- *300ml de leche de coco*
- *Aceite de oliva*
- *Cilantro*
- *Arroz basmati para acompañar*

Paso a paso

1. Para las albóndigas, mezclar la carne con la panceta, el ajo picado, el huevo, el perejil, la miga de pan, la leche, el polvo de curry y el cilantro fresco picado, amasar bien hasta que se integren los ingredientes.
2. Hacer las bolas, pasar por harina y freír en abundante aceite caliente.
3. En una olla añadir la cebolla, los ajos y el jengibre picado, dejar cocinar hasta que esté pochado y añadir el tomate concentrado y los dados de calabaza, rehogar un minuto, añadir las hojas de lima kaffir, el curry, rehogar unos segundos sin que se queme, verter el vino y dejar evaporar el alcohol, incorporar la guindilla y el caldo de ave, dejar hervir un par de minutos y añadir la leche de coco, cocer cinco minutos y añadir las albóndigas, dejar cocer 10 minutos más.
4. Rectificar de sal y añadir unas hojas de cilantro por encima.
5. Servir con arroz basmati y añadir cilantro picado por encima.

Cachopo de filetes de cordero

30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *4 filetes de pierna de cordero lo más enteros posible*
- *1 cuña de queso de oveja*
- *2 lonchas de jamón serrano*
- *Harina*
- *Huevo*
- *Pan rallado*
- *1 lata de pimientos del piquillo*
- *2 diente de ajo*
- *Aove*
- *Azúcar*
- *Patatas*

Paso a paso

1. Espalmar los filetes de cordero dejándolos lo más iguales posible, sazonar y rellenar con el jamón y con el queso, cerrar con otro filete de cordero, sazonar y rebozar los cachopos con harina, huevo batido y pan rallado apretando para que se agarre bien el pan.
2. Freír en aceite de oliva dorando por ambos lados.
3. Para los pimientos, escurrir estos reservando el jugo, en una sartén con un poco de aceite rehogar los ajos cortados en láminas finas, cuando empiecen a dorarse, añadir los pimientos, cocinarlos por ambos lados, hasta que empiece a caramelizar, incorporar el azúcar y el jugo de los pimientos, dejar cocinar a fuego lento hasta que los pimientos estén caramelizados.
4. Servir los cachopos de cordero con los pimientos y patatas asadas o fritas.

Hamburguesa de cordero con queso de cabra

20 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *600 g de carne de pierna de cordero picada*
- *Sal*
- *Pimenta*
- *Aceite de oliva*
- *Tomillo*
- *Ajo*
- *Rulo de queso de cabra*
- *½ cebolla*

Además:

- *2 cebollas moradas*
- *Rúcula*
- *Pan de hamburguesa*
- *Salsa:*
- *1 pepinillo agridulce*
- *3 c/s de mayonesa*
- *1c/s de ketchup*
- *1c/s de mostaza*
- *1c/s de miel*

Paso a paso

1. Colocar en un bol la carne de cordero, añadir sal, pimienta, un poco de tomillo, dos cucharadas de aove, el ajo y media cebolla muy picada, reservar.
2. Para la salsa, picar el pepinillo en dados pequeños, introducirlo en un bol, añadir la mayonesa, la miel, el ketchup y la mostaza, mezclar bien y reservar.
3. Dividir en cuatro la carne y formar las hamburguesas, añadir un poco de aceite y hacerlas en la barbacoa junto con la cebolla cortada en rodajas gruesas y untadas con un poco de aove y una pizca de sal.
4. Cuando demos la vuelta a la hamburguesa colocar una rodaja de queso de cabra sobre cada una, dejar hacer por el otro lado con la tapa de la barbacoa puesta si la tenemos.
5. Tostar el pan por la parte interior y añadir salsa sobre la base, colocar la rúcula por encima y sobre esta la hamburguesa con el queso, añadir más salsa y cerrar con el pan.

Koftas de cordero

30 min | 4 personas | Nivel medio | Cordero

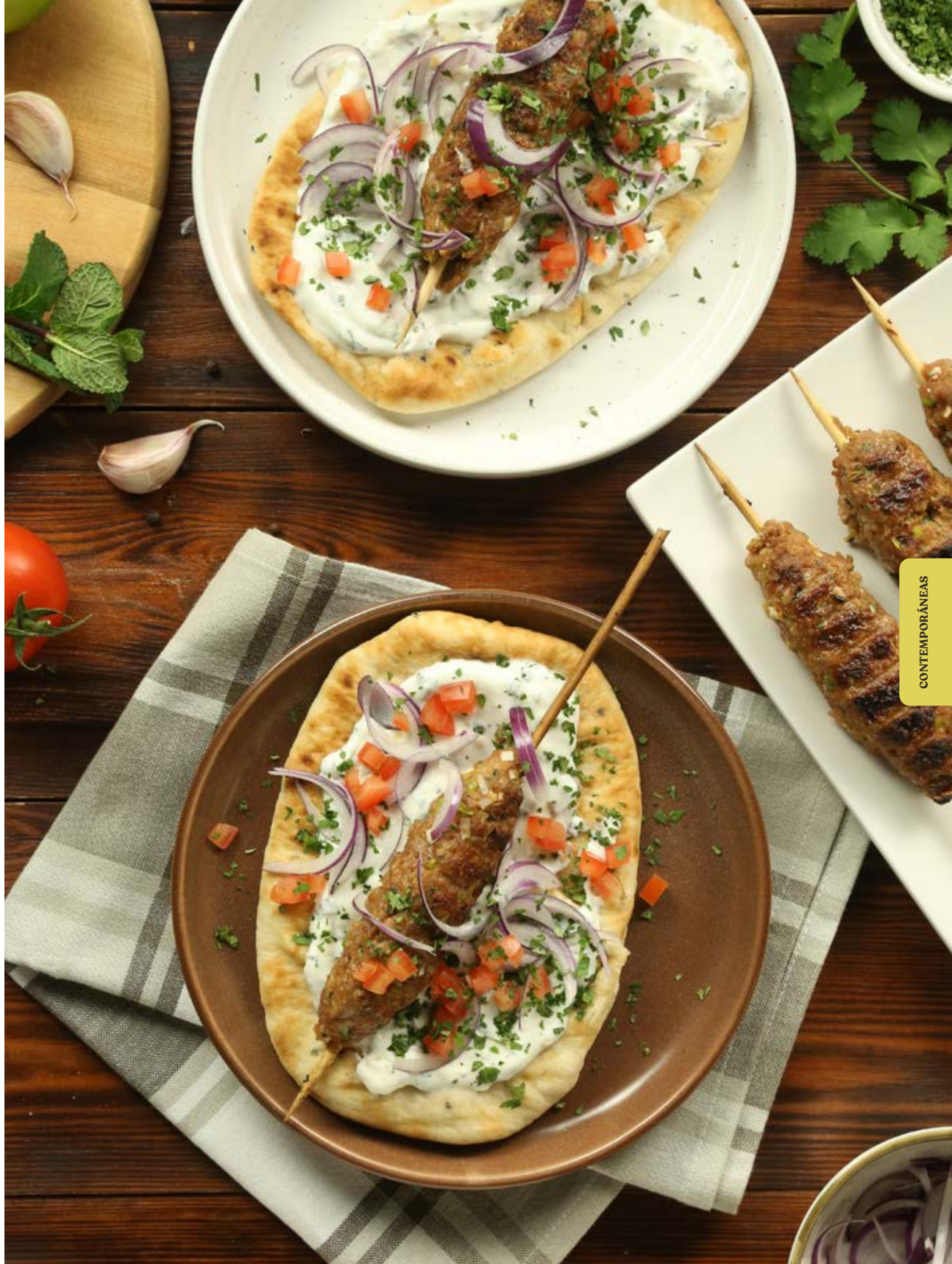
Ingredientes

- *Panes tipo pita*
- *Cebolla morada*
- *1 tomate*
- *Cilantro fresco*

- **Koftas:**
- *400 gr de carne de pierna de cordero picada dos veces*
- *1 cebolla tierna*
- *1 ajo*
- *2 vueltas de pimienta recién molida*
- *1 cucharadita de pimentón*
- *1 cucharadita de tomillo*
- *1/2 cucharadita de comino en polvo*
- *1 cucharadita de cilantro en polvo*
- *1 cucharadita de menta picada*
- *1 cucharadita de chile en polvo*
- *1 cucharada de pan rallado*
- *1 huevo pequeño batido*
- *1 cucharada de aceite*
- *Una pizca de sal*
- *Salsa de yogur:*
- *2 yogures griegos*
- *8- 10 hojas de menta*
- *1 diente de ajo*
- *Aove*
- *Zumo de limón*
- *Sal*
- *Pimienta*

Paso a paso

1. Poner a remojar los pinchos de las brochetas mientras se preparan las koftas.
2. Para las koftas, mezclar la carne de cordero con la cebolleta y el ajo picada, añadir el resto de los ingredientes, mezclar todo bien y reservar en la nevera, dejar macerar al menos 1 hora.
3. Formar las koftas, dando forma de albóndiga alargada, pincharla en un palo de brocheta y reservar.
4. Para la salsa de yogur, poner el yogur en un bol y añadir la menta picada, el ajo picado, el zumo de un limón, 1 cucharada de aove, sal y pimenta, mezclar y reservar.
5. Hacer las koftas en la barbacoa por ambos lados dejándolas jugosas, calentar el pan en la barbacoa y servir la crema de yogur sobre el pan, añadir las koftas, tomate en dados cebolla morada y cilantro picado.



Wok de cordero con verduras y arroz

30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *400g de pierna de cordero en tiras sin hueso*
- *1 cebolleta*
- *½ pimiento rojo*
- *½ pimiento verde*
- *6-8 setas shiitake*
- *100 g de brócoli*
- *2 dientes de ajo*
- *1 chile o guindilla*
- *1 trozo de jengibre*
- *2 c/s de soja*
- *Aceite de oliva*
- *1c/s de aceite de sésamo*
- *Semillas de sésamo*

Arroz:

- *1 taza de arroz basmati*
- *2 clavos de olor*
- *2 semillas de cardamomo*
- *2 unidades de anís estrellado*

Paso a paso

1. Cortar las verduras en juliana, las setas en láminas y picar el ajo y el jengibre, reservar.
2. Lavar el arroz para retirar el almidón y escurrir, poner a cocer con 1,5 tazas de agua, añadir los clavos, el cardamomo y el anís estrellado, un poco de sal y poner a cocer, una vez que hierva tapar y dejar a fuego bajo durante 12 minutos sin levantar la tapa, dejar reposar 5 min más, pasado el tiempo con ayuda de un tenedor separar los granos dejándolos sueltos.
3. Mientras, saltear las tiras de cordero en wok o sartén hasta dorar, reservar.
4. En la misma sartén añadir las verduras, primero el brócoli troceado en arbolitos pequeños, dejar rehogar unos minutos y añadir el pimiento rojo y verde, la cebolleta y las setas, una vez cocinadas las verduras, apartarlas a los extremos de la sartén y añadir el aceite de sésamo en el centro, los ajos, el jengibre y la guindilla, dejar cocinar sin que cojan color y añadir la salsa de soja, mezclar y añadir el cordero, rehogar todo junto unos minutos y servir en un bol con el arroz, añadir unas semillas de sésamo y cilantro picado por encima.

Receta de @raquel_carmona

Albóndigas de cordero en salsa con pan plano

2 h | 4 personas | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

Para las albóndigas:

- *500 g carne magra de cordero*
- *1 cebolleta picada*
- *1 diente de ajo picado*
- *2 cucharaditas de cilantro fresco*
- *2 cucharaditas de perejil fresco*
- *1 cucharadita de comino molido*
- *1 cucharadita de jengibre fresco o seco*
- *Sal y pimienta*

Para el pan plano:

- *125 g de harina*
- *80 ml de agua templada*
- *2 cucharadas de aceite de oliva*
- *Pizca de sal*

Para la salsa:

- *500 g de tomate natural triturado*
- *Cilantro fresco*
- *Perejil fresco*
- *2 puerros*
- *3 dientes de ajo*
- *200 ml de caldo de carne*
- *1 cucharadita de canela*
- *Sal y pimienta*
- *Aceite de oliva virgen extra*
- *1 ramita de romero fresco*

Para el puré:

- *5-6 patatas*
- *1 vaso grande de leche*
- *Una cucharada de mantequilla*
- *Sal al gusto*

Paso a paso

1. En un bol mezclamos todos los ingredientes de las albóndigas y dejamos macerar al menos 1 h, si las preparamos un día antes mucho mejor.
2. Formamos las albóndigas, podemos darle el tamaño que más nos guste pero si no son excesivamente grandes mejor.
3. Ponemos una sartén al fuego cubriendo el fondo con aceite de oliva, calentamos.
4. Incorporamos las albóndigas y las cocinamos hasta que estén doradas. Sacamos y reservamos.
5. En la misma sartén añadimos los puerros y los ajos troceados, rehogamos unos minutos hasta ablandar. Añadimos el resto de ingredientes menos el caldo, sofreímos unos minutos para que se mezcle bien todo. Por último incorporamos el caldo y las albóndigas, dejamos reducir a fuego bajo alrededor de unos 15-20 min.
6. Mientras se hacen las albóndigas, preparamos el pan. Para ello en un bol mezclamos la harina con el aceite y la sal. A continuación incorporamos el agua templada y mezclamos hasta tener una masa lisa y homogénea. Dejamos reposar 20 min en un lugar cálido. Pasado este tiempo, formamos pequeñas porciones con la masa y con un rodillo estiramos.
7. Ponemos una sartén engrasada con aceite al fuego y una vez caliente comenzamos a cocinar nuestros panes planos. Una vez caliente la sartén bajamos el fuego para que el pan se haga poco a poco y no se queme. Cocinamos dos o tres minutos por cada lado hasta que el pan se haga poco a poco y no se queme. Cocinamos dos o tres minutos por cada lado. Servimos las albóndigas con el pan plano, podemos acompañarlas también con salsa de yogur.

Receta de @martasimonet

Gofre con cordero y caviar de mandarina

1h 15 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *1 paletilla de cordero*
- *Sal*
- *Pimienta*
- *Aceite de oliva*
- *1 ramillete albahaca fresca*
- *1 gofre por comensal*
- *2 mandarinas*
- *1 pieza de queso feta*

Paso a paso

1. Masajeamos la paletilla de cordero con sal, pimienta y aceite de oliva al gusto y la horneamos a 150º C durante 45-50 min. Una vez pasado el tiempo, la dejamos enfriar10 min.
2. Después, deshilachamos la carne mezclándola con los jugos que ha desprendido la paletilla en la bandeja durante la cocción.
3. Sobre un gofre, ponemos una buena cantidad de carne y cortamos en tiras las hojas de albahaca fresca y se esparcen sobre ella. Después, desmigajamos con los dedos un trozo de queso feta.
4. Y, la guinda, el caviar de mandarina. Un detalle cítrico para un final redondo. Pelamos una mandarina y le quitamos la membrana a los gajos. Descubrirás que cada gajo está compuesto por infinidad de bolitas alargadas. Ve sacándolas con cuidado y repártelas en el plato.
5. Para acabar, cogemos una cucharada del jugo de la carne y empapamos los contornos del gofre. ¡Delicioso!

Chuletitas rebozadas

30 min | 1 persona | Nivel fácil | Lechal

Ingredientes

- *12 chuletitas de cabrito de lechal*
- *Harina*
- *Pan rallado*
- *Huevo*
- *1 patata grande*
- *Aceite de oliva*
- *Pimienta al gusto*
- *Sal*

Paso a paso

1. Salpimentamos las chuletitas de cabrito y las pasamos por harina, huevo y pan rallado.
2. Freímos en abundante aceite caliente y escurrimos sobre un papel absorbente para retirar el exceso de grasa.
3. Pelamos la patata y la cortamos en bastones. Freímos en una sartén con aceite, escurrimos y añadimos sal al gusto.

Conoce las chuletitas

El movimiento del ganado ovino y caprino favorece la dispersión de semillas de unas zonas a otras y ayuda a fomentar la biodiversidad así como previene incendios forestales gracias a que el ganado limpia de matojos y matorrales, los cortafuegos y pastos de montaña.

Lamb and chips con salsa tártara

50 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

Para los churrasquitos:

- *900 g de churrasquitos de cordero adobados*
- *400 g de patatas pequeñas*
- *Aceite de oliva*
- *Sal*
- *Pimienta*

Para la salsa:

- *½ cebolleta*
- *20 g de pepinillos*
- *15 g de alcaparras*
- *1 ramillete de perejil*
- *150 g de mayonesa*

Paso a paso

1. Cocemos las patatas en abundante agua con sal durante 20-25 min. a fuego medio. Dejamos templar dentro del agua.
2. Salpimentamos los churrasquitos y freímos en abundante aceite caliente a temperatura media, hasta dorar
3. Mientras tanto partimos las patatas cocidas en gajos y freímos en abundante aceite de oliva hasta dorar a temperatura media. Sazonamos.
4. Picamos todos los ingredientes de la salsa tártara y mezclamos con la mayonesa, rectificamos de sal.
5. Servimos ambas frituras con salsa tártara.

Pita rellena de berenjena, cordero y salsa de yogur

25 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *4 filetes muy finos de pierna de cordero*
- *4 panes de pita*
- *2 hojas de lechuga grandes*
- *1 berenjena*
- *1 cebolleta grande*
- *Pimienta molida*
- *Salsa de yogur*
- *Aceite*
- *Sal*

Paso a paso

1. Sazonamos la berenjena cortada en finas láminas y la doramos sobre una sartén antiadherente con unas gotas de aceite de oliva, a fuego medio. Pelamos la cebolleta, la cortamos en finos gajos y la doramos de igual modo como la berenjena.
2. Salpimentamos los filetes y los doramos sobre una sartén muy caliente.
3. Lavamos las hojas de lechuga y las troceamos con las manos de manera irregular.
4. Calentamos los panes y los abrimos.
5. Rellenamos los panes con la lechuga, la carne, las verduras y servimos con salsa de yogur al gusto.

Collares de cordero a la pepitoria

50 min | 4 personas | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

- *12 rodajas de cuello de cordero*
- *240 g de cebolla pelada*
- *15 g de ajo pelado*
- *40 g de miga de pan*
- *42 g de piñones*
- *2 huevos cocidos*
- *65 g de vino blanco*
- *600 g de caldo de carne*
- *Unas briznas de azafrán*
- *Aceite de oliva*
- *Harina*
- *1 hoja de laurel*
- *Perejil*
- *Sal*
- *Pimienta*

Paso a paso

1. En una cazuela amplia, freímos con un poco de aceite los collares previamente salpimentados, a fuego medio por ambas caras hasta dorar. Colocamos sobre papel absorbente para retirar el exceso de grasa y los reservamos.
2. Quitamos parte del aceite de la fritura y pochamos la cebolla pelada muy picada sobre la misma olla a fuego medio. Añadimos el perejil.
3. Añadimos también los ajos picados y los dejamos dorar (sin que lleguen a quemarse).
4. Una vez la cebolla esté pochada y los ajos dorados, añadimos los collares de cordero y el vino blanco y dejamos reducir a fuego medio.
5. Picamos en un mortero la miga de pan y los frutos secos y lo añadimos a la cazuela donde están los collares junto con el azafrán y el caldo de carne. Tapamos y cocinamos unos 20 min a fuego medio.

Filetes de cordero 'Villeroy'

1 h | 4 personas | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

Para los filetes:

- *8 filetes muy finos de pierna de cordero*
- *2 huevos*
- *Harina*
- *Pan rallado*
- *380 g de patata cocida con su piel*
- *Pimienta molida*
- *Aceite de oliva*
- *Perejil*

Para la bechamel:

- *100 ml de nata*
- *100 ml de leche*
- *20 g de mantequilla*
- *20 g de harina*

Consejos

Hay que procurar freír siempre con aceite bien caliente para evitar que se rompa la capa del rebozado y absorba la menor cantidad de grasa.

Paso a paso

1. Salpimentamos los filetes, los doramos levemente sobre una sartén muy caliente, y los retiramos sobre una rejilla secándolos de posibles restos de jugos.
2. Mientras tanto, tostamos la harina con la mantequilla a fuego medio y añadimos los lácteos calientes poco a poco, mientras se remueve constantemente, obteniendo una fina y burbujeante crema, salpimentamos y dejamos templar.
3. Sobre cada filete, nuevamente seco de jugos, repartimos la bechamel batida y sin grumos, de forma que queden cubiertos por ella, y los introducimos en la nevera hasta que cuaje la bechamel.
4. Los pasamos por harina, huevo batido y pan rallado. A continuación, los sumergimos en abundante aceite caliente hasta dorar por ambas caras a temperatura media. Retiramos sobre papel absorbente para eliminar el exceso de grasa adherido durante la fritura.
5. Mientras tanto, cortamos las patatas en gajos y las freímos en abundante aceite caliente hasta dorar. Sazonamos.
6. Servimos cada filete con patatas y espolvoreamos con perejil fresco picado.

Fricandó de filetes de cordero

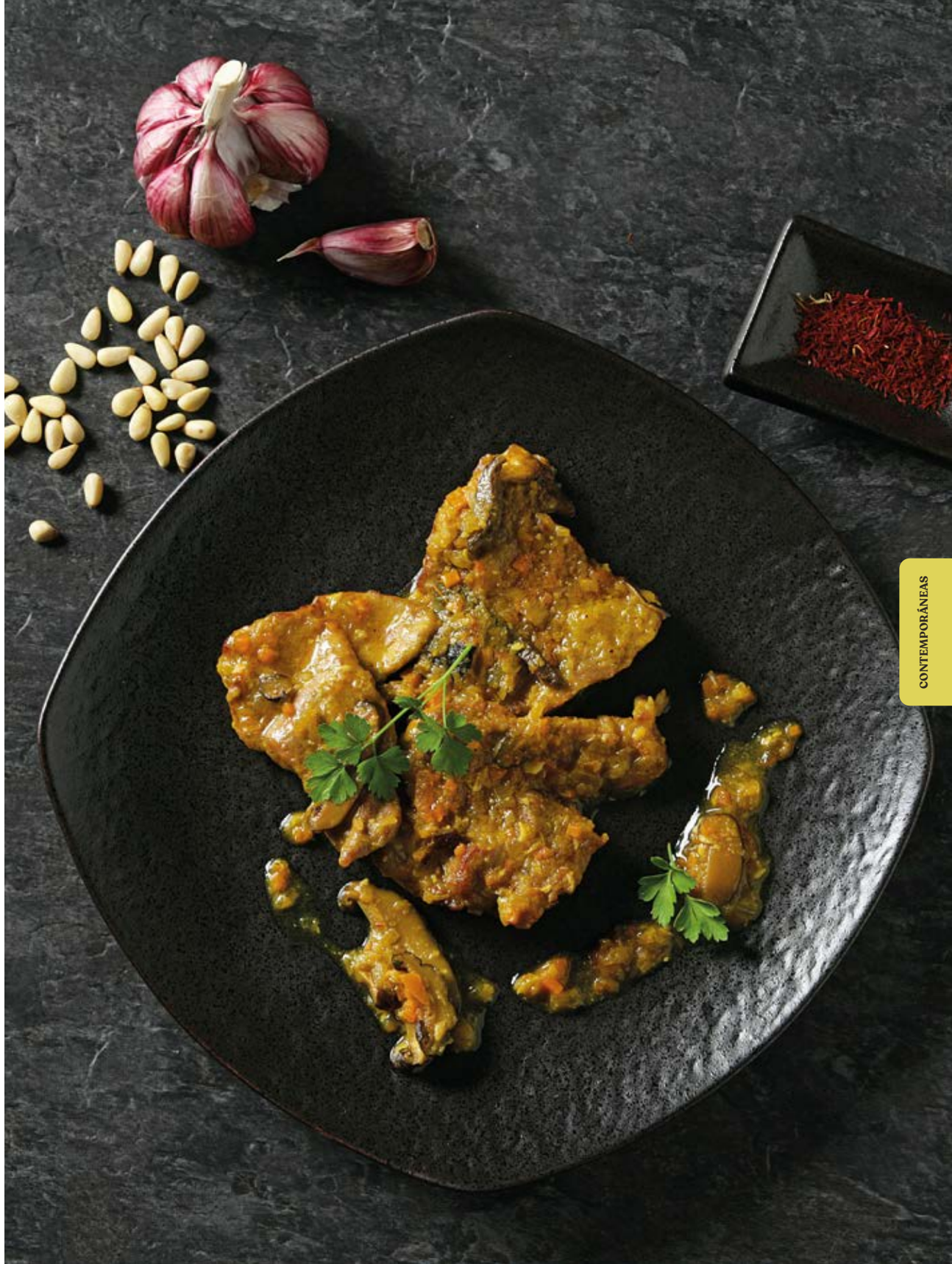
1 h 30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *8 filetes finos de pierna de cordero*
- *50 g de setas*
- *130 g de cebolla*
- *50 g de puerro limpio*
- *60 g de zanahoria pelada*
- *50 g de tomate rallado*
- *10 g de ajo pelado*
- *15 g de piñones pelados*
- *Unas briznas de azafrán*
- *30 g de coñac*
- *1 hoja de laurel*
- *500 ml de caldo o agua*
- *Sal*
- *Pimienta negra molida*
- *Aceite*
- *Harina*
- *Perejil*

Paso a paso

1. Salpimentamos los filetes, los enharinamos y dentro de una olla amplia con un chorro generoso de aceite, los doramos a fuego alto, por ambas caras. Reservamos los filetes.
2. En la misma olla, con un poco de aceite retirado de la fritura, añadimos las verduras picadas y las pochamos, excepto los ajos.
3. En un mortero, machacamos los piñones con los ajos y el azafrán. Lo añadimos a las verduras, rehogamos y añadimos el tomate rallado a la olla, dejamos reducir y añadimos el coñac, el laurel y los filetes. Evaporamos el alcohol y agregamos el agua. Sazonamos.
4. Tapamos la olla y cocinamos a fuego bajo hasta obtener unos filetes tiernos.
5. Espolvoreamos con perejil fresco picado y servimos con la salsa reducida.



Tournedó guisado al vino tinto

50 min | 4 personas | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

- *4 piezas de tournedó de cordero*
- *150 g de zanahorias peladas*
- *300 g de cebolla*
- *90 g de puerro limpio*
- *6 dientes de ajo*
- *8 bolas de pimienta*
- *2 clavos de olor*
- *½ palo de canela*
- *120 g de tomate*
- *40 g de brandy*
- *400 ml de vino tinto*
- *Aceite de oliva*
- *Sal*
- *Pimienta negra molida*
- *Harina*
- *1 manojo de espárragos trigueros*

Paso a paso

1. Salpimentamos los tournedós por ambas caras y pasamos por harina.
2. En una olla exprés, calentamos un par de dedos de altura de aceite de oliva y doramos los tournedós por ambas caras, a fuego fuerte. Retiramos fuera del fuego y quitamos gran parte del aceite.
3. Añadimos muy menudas las verduras y las pochamos en la misma olla a fuego medio. Añadimos las especias, la carne y el brandy. Cocinamos a fuego fuerte hasta evaporar prácticamente los líquidos.
4. Regamos con el vino, terminamos de cubrir con agua o con caldo de ave y cocinamos en la olla exprés a fuego medio-bajo. Cocinamos durante 30 min.
5. Cuando baje la presión, sacamos los tournedós y colamos la salsa. Reducimos los jugos colados en una amplia sartén a fuego alto junto con los tournedós hasta obtener una salsa densa. Corregimos el punto de sal.
6. Lavamos los espárragos, los picamos muy finos y los salteamos a fuego medio alto, sazonamos y servimos junto con los tournedós.

Mira la receta en vídeo

Paquito de pimientos caramelizados

15 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

Para el bocadillo:

- *400 g de pierna de cordero fileteada fina*
- *4 barritas de pan de bocadillo*
- *Canónigos*
- *Pimienta*
- *16 pimientos del piquillo*
- *Azúcar*

Para la mostaza:

- *200 g de mayonesa*
- *1 c/s de mostaza de Dijon*
- *1 c/c de curry en polvo*
- *1 c/s de salsa perrins*

Para el encurtido:

- *2 cebollas rojas*
- *250 ml de agua*
- *150 ml de vinagre*
- *50 g de azúcar*
- *10 g de sal*
- *1 ramita de tomillo*
- *1 ramita de romero*
- *4 clavos de olor*
- *8 uds. de pimienta negra en grano*

Paso a paso

1. Para la salsa de mostaza, mezclamos todos los ingredientes y reservamos.
2. Para los pimientos, escurrimos del tarro y reservamos el jugo, ponemos en una sartén un poco de aceite de oliva, colocamos los pimientos sin amontonar, bien repartidos sobre la sartén y dejamos freír un par de minutos a fuego medio. Después, damos la vuelta y añadimos un par de cucharadas de azúcar sobre los pimientos, agregamos el jugo de los pimientos y dejamos cocer hasta que se evapore totalmente y empiecen a caramelizarse. Después, damos la vuelta y caramelizamos ligeramente por el otro lado, restiramos y reservamos.
3. Para la cebolla encurtida, ponemos a cocer todos los ingredientes durante un minuto, incorporamos la cebolla cortada en juliana y dejamos unos segundos en el fuego. Retiramos y reservamos en un tarro para que se enfríe. Si se hace con un par de días de antelación, quedará mejor.
4. Para montar el bocadillo, tostamos ligeramente el pan por la parte interna, colocamos en la base los pimientos y los canónigos.
5. A continuación, disponemos la carne hecha en plancha o parrilla con sal y pimienta, aconsejamos dejarla en su punto ya que estará mas jugosa y tierna, incorporamos la cebolla encurtida y la salsa por encima, cerramos con la parte superior del pan y servimos.

Lomo de cordero lacado con crema de piñón y piñas verdes de pino

24 h 24 min | 4 personas | Nivel difícil | Cordero

Ingredientes

- *4 lomos de cordero de 150 g cada uno*
- *200 g de jugo de cordero*
- *20 g de azúcar*
- *Sal*
- *100 g de piñones*
- *2 piñas verdes de pino*
- *200 g*
- *Caldo de cordero*
- *200 g de crema de leche*

Paso a paso

1. Limpiar perfectamente los lomos de cordero de exceso de grasa exterior y nervios. Marcar hasta que adquieran un dorado agradable en una sartén apropiada, ir lacando el lomo con el jugo de cordero y el azúcar.
2. Hasta obtener un lacado bien brillante por toda la superficie de la pieza de carne.
3. Elaborar la crema de piñón y piña verde, introduciendo en un cazo apropiado, los piñones previamente tostados, las piñas verdes, el caldo de cordero y la crema de leche.
4. Cocinar el conjunto en un horno durante 24 h a temperatura media, colar el resultado y espesar con harina de maíz, sazonar.
5. En un plato apropiado, colocar el lomo de cordero lacado, justo al lado una porción de la crema de piñas y piñones ligada, unas hojas de capuchina y finalmente rallar una cantidad generosa de piñas verdes sobre el conjunto.

Collares de cordero guisados con vino y chocolate

50 min | 4 personas | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

Para la carne:

- *6 chuletas de cascabel*
- *200 g de chalotas*
- *250 g de zanahoria*
- *200 g de puerro*
- *300 g de tomate*
- *5 g de boletus secos*
- *Azúcar*
- *250 ml de vino blanco*
- *3 dientes de ajo*
- *Aceite de oliva*
- *Sal*
- *Pimienta negra*
- *Harina*

Para la picada:

- *2 dientes de ajo*
- *75 g de avellanas tostadas*
- *1 onza de chocolate (min. 55% cacao)*
- *1 pizca de azafrán*
- *Perejil*

Paso a paso

1. Salpimentamos los collares, enharinamos y freímos brevemente hasta que adquieran algo de color. Reservamos.
2. Pelamos y cortamos la zanahoria en trozos pequeños. Picamos el puerro, las chalotas y los ajos. Ponemos a sofreír las verduras en una olla con aceite hasta que empiecen a coger color. Cuando la verdura esté dorada cortamos menudo el tomate, lo añadimos y lo rehogamos a fuego medio. Salpimentamos y añadimos una pizca de azúcar. Remojamos con el vino y subimos el fuego hasta que la salsa se reduzca y el alcohol se evapore.
3. Después preparamos una picada con el azafrán, las avellanas, el chocolate, el ajo y el perejil. Añadimos la picada al sofrito y dejamos cocer a fuego lento un par de minutos.
4. Añadimos las setas. Al cabo de cinco minutos añadimos agua hirviendo hasta justo cubrir la carne y mezclamos. Añadimos la carne al guiso, dejamos cocer tapado unos 40 min. Cuando la carne esté blanda rectificamos de sal y pimienta y retiramos del fuego.

Receta de @lauraponts

Mezzelune de cordero, cebolla caramelizada, salsa de setas y avellanas tostadas

2h | 4 personas | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

Para la masa:

- *500 g de harina*
- *3 huevos*
- *Agua*
- *Aceite de oliva*
- *Sal al gusto*

Para el relleno:

- *300 g de cuello de cordero asado*
- *3 unidades de cebolla*
- *1 huevo*
- *100 g de queso rallado*
- *Aceite de oliva (medio vaso)*
- *Sal y pimienta*

Para la salsa:

- *1 diente de ajo*
- *1 cebolla*
- *Aceite de oliva*
- *350 ml de nata líquida*
- *Sal y pimienta*

Consejos

Para la masa hacemos un hoyo a la harina, añadimos los 3 huevos, la calabaza asada, el aceite de oliva, sal y añadimos el agua muy despacio. Mezclamos con las manos y añadimos más agua si es necesario hasta conseguir la masa deseada.

Paso a paso

1. Una vez tenemos el amasado, hacemos una bola con la masa y la tapamos con un trapo o film y la dejamos reposar a temperatura ambiente durante 30-40 min.
2. Espolvoreamos harina por encima de la superficie, estiramos la masa con ayuda de un rodillo hasta conseguir el grosor deseado (tiene que quedar finita). Cortamos la masa con el molde, así ya tendremos los mezzelune a punto para rellenar.
3. Pelamos y cortamos la cebolla, la rehogamos con aceite de oliva a fuego lento hasta que quede caramelizada. Agregamos la carne de cordero asada y picada previamente y la dejamos en la misma sartén 10 min más. Reservamos.
4. Agregamos un poquito de queso rallado, una yema de huevo, sal y pimienta al gusto.
5. Mientras el relleno se enfría, preparamos la salsa. Pelamos y picamos un ajo, lo rehogamos con aceite de oliva y cebolla durante 15 min a fuego lento. Picamos las setas de temporada, las añadimos y dejamos cocer 10 min más. Añadimos nata líquida y cocemos 5 min más a fuego lento. Añadimos sal y pimienta al gusto.
6. Cogemos la masa y la rellenamos con el relleno de carne y con la ayuda de un tenedor ajustamos bien los bordes.
7. Los cocinamos en abundante agua hirviendo y salada, una vez vemos que suben a la superficie ya estarán listos. Colamos. Calentamos nuestra salsa de setas y la añadimos.

Receta de @lasrecetasdemj

Mini bocatas de 'pulled' de cordero

2 h 30 min | 8–10 raciones | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

- *1 kg de carne de cordero de cuello y pierna*
- *2 zanahorias*
- *1 cebolla*
- *¼ de puerro*
- *1 tomate*
- *Harina de trigo*
- *300 ml de vino tinto*
- *100 ml de vino de Oporto*
- *800 ml de caldo de pollo*
- *15 g de mantequilla*
- *Aceite de oliva virgen extra*
- *Sal y Pimienta negra*
- *Panecillos mini de hamburguesas*
- *Pepinillos en vinagre laminados*
- *Hojas mezclum*
- *Aguacate*
- *Cebolla morada*

Para el relleno:

- *300 g de cuello de cordero asado*
- *3 unidades de cebolla*
- *1 huevo*
- *100 g de queso rallado*
- *Aceite de oliva (medio vaso)*
- *Sal y pimienta*

Paso a paso

1. Troceamos la carne procurando quitar la grasa exterior, salpimentamos y enharinamos. En una olla a presión echamos un buen chorrito de aceite de oliva virgen extra (que cubra el fondo) y doramos la carne por ambos lados. Reservamos.
2. Lavamos, pelamos y troceamos todas las verduras. En el mismo aceite que hemos dorado la carne de cordero sofreímos las verduras, salamos ligeramente y cocinamos 10 min a fuego fuerte.
3. Veremos que el fondo de la olla está agarrado, ahora es el momento de echar los dos tipos de vino y reducir a fuego fuerte 5 min. A continuación incorporamos la carne de cordero y cubrimos con el caldo de pollo. Cerramos la olla y ponemos presión 2, cocinamos 30 min a fuego medio a partir de que salga el pitorro. Si lo queréis hacer en olla normal, cocinadlo 1 h.
4. Una vez pasado el tiempo despresurizamos la olla, sacamos la carne de cordero que váis a ver que se deshace y la dejamos enfriar en un bol. Colamos el caldo y lo volvemos a echar a la olla para dejarlo reducir a fuego bajo durante 30 min, cuando queden 5 min echamos la mantequilla. Apagamos el fuego, colamos el caldo y dejamos enfriar.
5. Cuando la carne esté fría la deshilachamos, eliminando la grasa. Volcamos el caldo que teníamos reservado sobre la carne y mezclamos bien. Reservamos en la nevera hasta que lo vayamos a utilizar.
6. Calentamos la carne de cordero deshilachada antes de servir. Abrimos los panecillos y colocamos hojas de mezclum, un buen puñado de carne, pepinillos, cebolla morada y aguacate, cubrimos con la tapa de pan y servimos al centro de la mesa.

Receta de @lauraponts

Anolini de calabaza con carne de cordero, cebolla caramelizada, berenjena y salsa de setas

2h | 4 personas | Nivel medio | Cordero

Ingredientes

Para la masa:

- *500 g harina*
- *3 huevos*
- *Agua*
- *Aceite de oliva*
- *Sal al gusto*

Para el relleno:

- *300 g cuello de cordero asado*
- *3 unidades de cebolla*
- *1 huevo*
- *100 g de queso rallado*
- *Aceite de oliva (medio vaso)*
- *Sal y pimienta*

Para la salsa:

- *1 diente de ajo*
- *1 cebolla*
- *150 g de setas de temporada*
- *Aceite de oliva*
- *350 ml de nata líquida*
- *Sal y pimienta*

Consejos

Para la masa hacemos un hoyo a la harina, añadimos los 3 huevos, la calabaza asada, el aceite de oliva, sal y añadimos el agua muy despacio. Mezclamos con las manos y añadimos más agua si es necesario hasta conseguir la masa deseada.

Paso a paso

1. Una vez tenemos el amasado, hacemos una bola con la masa y la tapamos con un trapo o film y la dejamos reposar a temperatura ambiente 30-40 min.
2. Espolvoreamos harina por encima de la superficie, estiramos la masa con ayuda de un rodillo hasta conseguir el grosor deseado (tiene que quedar finita). Cortamos la masa con el molde.
3. Pelamos y cortamos la cebolla, rehogamos con aceite de oliva a fuego lento hasta que quede caramelizada. Agregamos la carne de cordero asada y picada previamente y la dejamos en la misma sartén 10 min más. Reservamos.
4. Agregamos un poquito de queso rallado, una yema de huevo, sal y pimienta. Mientras el relleno se enfría, preparamos la salsa.
5. Pelamos y picamos un ajo, lo rehogamos con aceite de oliva y cebolla durante 15 min a fuego lento. Picamos las setas de temporada, las añadimos y dejamos cocer 10 min más. Añadimos nata líquida y dejamos cocer 5 min más a fuego lento. Añadimos sal y pimienta al gusto.
6. Cogemos la masa y la rellenamos con el relleno de carne y con la ayuda de un tenedor ajustamos bien los bordes de la masa.
7. Los cocinamos en abundante agua hirviendo y salada, una vez vemos que suben a la superficie ya estarán listos. Colamos. Calentamos nuestra salsa de setas, la añadimos encima de una bandeja de horno, incorporamos los anolini por encima, añadimos queso rayado y lo gratinamos.

Tournedó de cordero en costra de frutos secos, cerveza negra y arroz a la soja

30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *2 unidades de tournedó de cordero*
- *Sal*
- *Ajo*
- *300 g de mantequilla*
- *5 g de sésamo negro*
- *30 g de pipas*
- *30 g de cacahuetes*
- *30 g de almendras*
- *30 g de pistachos*
- *80 g de arroz blanco*
- *Salsa de soja*
- *Cerveza negra*
- *20 g de harina de arroz*

Paso a paso

1. Pica todos los frutos secos. Reserva en un plato junto con el sésamo negro.
2. Cuece el arroz en agua con sal. En una sartén a fuego medio pon a derretir la mantequilla, empana el cordero con los frutos secos y fríelos. Cuando los saques, añade a la sartén harina y cerveza para aprovechar el restante de sabor. Cocina a fuego medio y añade sal. Remueve hasta que reduzca.
3. Añade salsa de soja al arroz. Sirve el tournedó en un plato con un poco de arroz y acompaña con la salsa de cerveza negra.

Churrasco lacado con soja, miel y jengibre

27 h | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *4 churrascos de cordero*
- *14 g de jengibre rallado*
- *15 g de ajo rallado*
- *60 g de salsa de soja*
- *40 g de miel*

Paso a paso

1. Mezclamos el ajo, el jengibre y la soja, dejamos marinar los costillares durante 24 h. Escurrimos de la marinada y reservamos ambos por separado.
2. Introducimos los churrascos dentro del horno con un recipiente con agua para que genere vapor. Cocinamos a 120º C durante 2 h.
3. Subimos la temperatura a 220º C. Mezclamos el resto de la marinada con la miel y pintamos frecuentemente con ayuda de un pincel.
4. Retiramos al dorar los churrascos.

Consejos

En esta receta hemos querido dar un toque más oriental mezclando ingredientes no tan comunes de la cocina española como el jengibre o la soja, que hoy en día están a nuestro alcance en cualquier supermercado. Si lo prefieres, puedes sustituir la miel por melaza o mermeladas de diferentes sabores.

Wok de churrasquitos con verduras

35 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *600 g de churrasquitos de cordro adobados*
- *1 cebolla roja*
- *½ pimiento rojo pequeño*
- *½ pimiento verde pequeño*
- *½ pimiento amarillo pequeño*
- *½ calabacín*
- *4 trigueros*
- *4 judías verdes grandes*
- *8 setas shitake*
- *Salsa de soja*
- *Aceite de oliva*
- *Sal*

Paso a paso

1. En una amplia sartén antiadherente, doramos los churrasquitos embadurnados en aceite de oliva a fuego suave.
2. Mientras tanto, picamos todas las verduras en finas tiras, de manera transversal.
3. Cuando los churrasquitos se doren, añadimos las verduras, subimos el fuego y salteamos constantemente hasta cocinar las verduras, según gustos.
4. Servimos el wok con la salsa de soja a parte.

Filetes de carrillón adobado en curry

1 h 30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *4 filetes de carrillón de cordero*
- *1 cucharadita de curry de Madrás*
- *2 dientes de ajo*
- *1 cucharada de jengibre fresco rallado*
- *Aceite de oliva*
- *Sal*
- *Pimienta*
- *150 g de arroz basmati*
- *40 g de anacardos crudos*
- *Curry en polvo*
- *Cilantro fresco*
- *Sal*

Paso a paso

1. Salpimentamos los filetes de carrillón y marinamos la noche anterior con los dientes de ajo triturados, el jengibre, el curry en polvo y un par de cucharadas de aceite de oliva. Dejamos fuera de la nevera 1 h antes de cocinarlos.
2. Lavamos el arroz basmati y cocemos en abundante agua con sal durante 9 min. Colamos, refrescamos y escurrimos sobre un colador. Calentamos una sartén y tostamos los anacardos con unas cucharadas de aceite de oliva, a fuego medio. Agregamos el arroz y salteamos continuamente con un poco de curry extra.
3. Mientras tanto, calentamos una parrilla o una amplia sartén, a fuego fuerte. Doramos los filetes por ambas caras hasta cocinar su interior, con ayuda de un par de cucharadas de aceite de oliva.
4. Servimos los filetes junto con el arroz y cilantro fresco.

Churrasco con salsa barbacoa

2 h 30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *4 churrascos de cordero*
- *Pimienta*
- *Salsa barbacoa*
- *Sal*

Consejos

Esta pieza es ideal para asar en el horno o bien directamente en la barbacoa. Para hacerlo en el horno, te proponemos que previamente lo cocines a baja temperatura con vapor para que de esta forma quede muy tierno y lo termines a fuego fuerte hasta dorar. Si lo asas directamente con horno a temperatura alta y sin vapor, ten en cuenta que los tiempos de cocción serán menores y la carne quedara algo más seca.

Paso a paso

1. Salpimentamos los churrascos e introducimos dentro del horno con un recipiente con agua para que genere vapor. Cocinamos a 120º C durante 2 h.
2. Subimos la temperatura a 220º C. Pintamos frecuentemente con ayuda de un pincel con la salsa barbacoa.
3. Retiramos al dorar los churrascos.

Tournedó asado con miel y mostaza

20 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *4 piezas de tournedó de cordero*
- *80 g de chalotas peladas*
- *30 g de mostaza en grano*
- *40 g de miel*
- *40 g de vino blanco*
- *6 g de vinagre de Jerez*
- *Pimienta*
- *Aceite*
- *Sal*

Paso a paso

1. Salpimentamos los tournedós por ambas caras y sobre una amplia sartén antiadherente muy caliente, doramos los tournedós a fuego medio-alto durante 5-6 min por cada cara, reservamos.
2. Sobre la misma sartén, añadimos un chorro extra de aceite de oliva y doramos las chalotas muy picadas, añadimos la mostaza, el vino y dejamos evaporar el alcohol. Añadimos el vinagre y la miel, damos un hervor incorporamos la carne, dejamos hervir unos segundos por cada lado.
3. Servimos la carne con la salsa de miel.

Consejos

Es importante dorar la carne por fuera a fuego alto para que se selle y no desprenda los jugos y se cueza y así no quede dura.

Churrasco de cordero con salsa de menta y baba ganoush

1 h 30 min | 2 personas | Nivel medio | Cordero

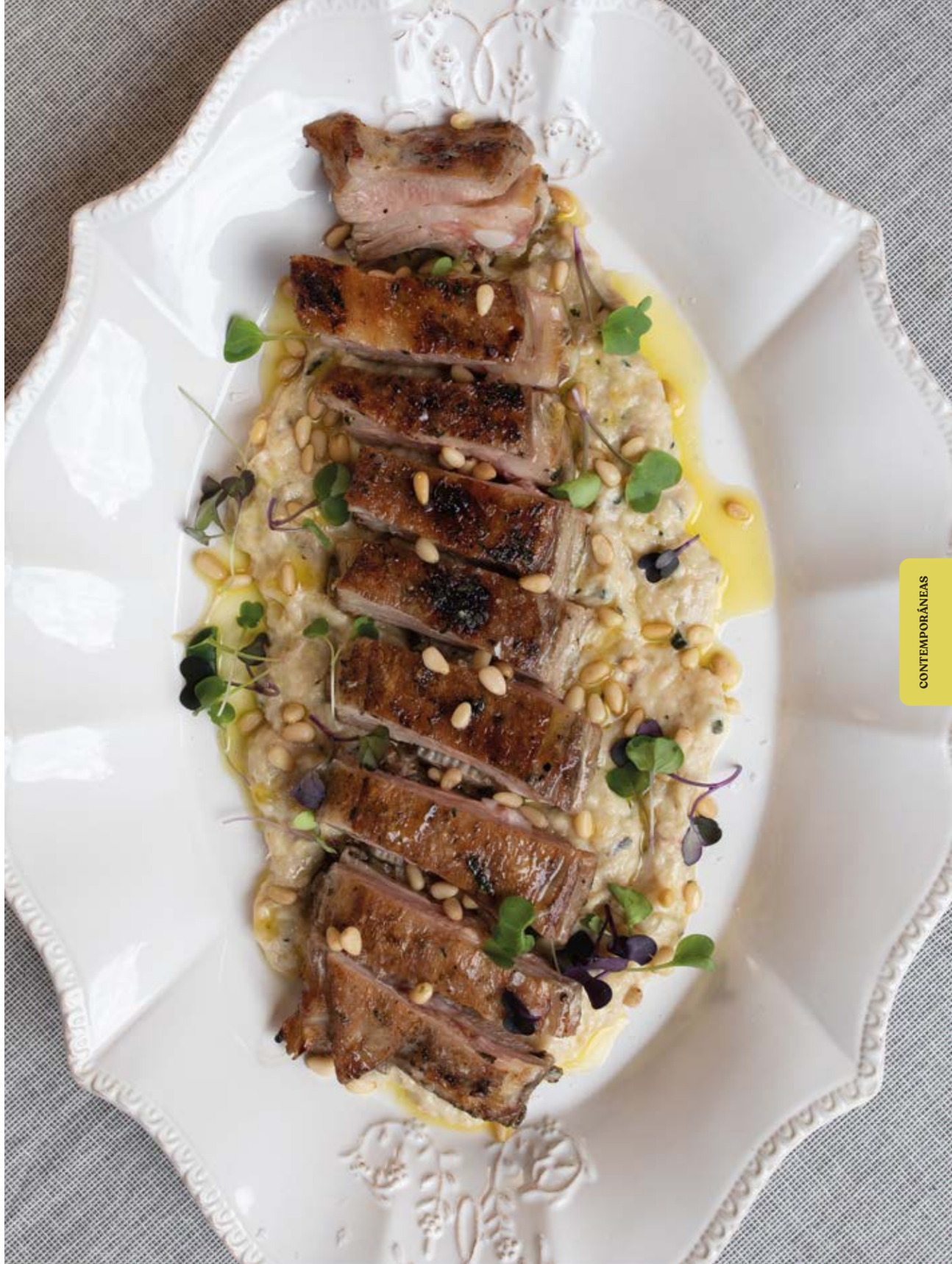
Ingredientes

- *1 pieza de churrasco*
- *2 dientes de ajo*
- *30 gr de hierbabuena*
- *50 ml de AOVE*
- *2 berenjenas*
- *150 gr de yogur griego*
- *Sal y pimienta*

Paso a paso

1. Primero se marina el cordero con un majado con menta fresca y se cocina en la barbacoa.
2. A la vez que se cocina el cordero, se asan las berenjenas enteras y se hace un puré con ellas (baba ganoush).
3. Finalmente, sobre una fuente se sirve el puré a modo de base con el churrasco de cordero encima y decorado con piñones y menta fresca.

Mira la receta en vídeo



Tournedó de cordero con costra de aceitunas y ensalada de couscous

45 min | 1 persona | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *2 tournedós de cordero*
- *100 gr de aceitunas verdes sin hueso*
- *50 gr de perejil*
- *1 diente de ajo*
- *1 limón*
- *100 gr de couscous precocido*
- *25 gr de alcaparrones*
- *50 ml de AOVE*
- *Sal y pimienta*

Paso a paso

1. Se cocina la carne solo por un lado y por el otro, que es la parte superior, el cordero llevará una costra jugosa de aceitunas, con limón y perejil.
2. Para terminar, la carne se sirve sobre una ensalada de couscous.

Mira la receta en vídeo

Recetas con Estrella

Receta de Miguel Ángel de la Cruz
I estrella Michelin

Paletilla de cabrito asado con patatas

40 min | 2 personas | Nivel fácil | Cabrito

Ingredientes

- *2 paletillas de cabrito de medio kg*
- *300 g de patatas redondas*
- *Sal*
- *Romero*
- *1 cabeza de ajos*
- *Aceite de oliva*
- *Perejil*
- *1 cucharadita sopera de mantequilla*

Paso a paso para las paletillas

1. Sazonar, frotar con los ajos y embadurnar con aceite. Agregar un dedo de agua y meter en el horno precalentado a 180º durante 2 horas dándole de vez en cuando la vuelta y regando en el jugo.

Paso a paso para las patatas

1. Cocer patatas. Una vez cocidas poner en sartén partidas por la mitad junto con una cucharadita de mantequilla, y un picadito del resto de ajos, el romero y el perejil.

Receta de Begoña Rodrigo
I estrella Michelin

Canelón de cordero con bechamel de orejones y ciruelas

30 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *Raíz de apio*
- *Cuello de cordero desmenuzado*
- *Ciruelas y orejones*
- *Caldo de setas*
- *Nata*
- *1 huevo*
- *Sal*
- *Pimienta*
- *Queso patamulo*
- *Trufa*

Conoce la receta

Esta receta está ideada para que sea una receta de aprovechamiento en la que se usarán las sobras de cordero del día anterior.

Paso a paso

1. Preparamos una salsa con las ciruelas y orejones, un poco de caldo de setas y la nata. Añadimos un huevo batido, sal y pimienta y mezclamos bien.
2. Incorporamos un poco de salsa al cordero desmenuzado.
3. Laminamos la raíz de apio para que haga la función de la pasta de los canelones.
4. Preparamos los canelones, cogemos una lámina de raíz de apio y le agregamos el cordero mezclado con la bechamel y lo enrollamos. Repetimos este paso hasta acabar con el cordero y tener todos los canelones montados.
5. Ponemos los canelones en una bandeja para horno y añadimos la salsa restante por encima.
6. Rallamos el queso patamulo por encima y lo metemos al horno.
7. Como toque final laminamos trufa por encima de los canelones.

Receta de Fina Puigdevall
2 estrellas Michelin

Hígado y mollejas de cordero rebozadas con leche de oveja y glaceé de hierbas aromáticas

1:30 h | 4 personas | Nivel difícil | Cordero

Ingredientes

- *Hígado*
- *Mollejas de cordero*
- *Pan tostada*
- *Maíz*
- *1 huevo*
- *Sal*
- *Queso de leche de oveja*
- *Hierbas aromáticas*
- *Menta*
- *Tomillo*
- *Romero*
- *Algodón de azúcar*
- *Ralladura de limón*

Paso a paso

1. Preparamos un jugo de cordero con la reducción de las otras partes del cordero.
2. Para el rebozado de las mollejas, cascamos un huevo y añadimos una pizca de sal. Mojamos las mollejas en el huevo y en la mezcla de pan tostado, maíz y queso de leche de oveja.
3. Freímos las mollejas rebozadas.
4. Marcamos el hígado a la plancha.
5. Hacemos un algodón de azúcar.
6. Preparamos un gelé con hierbas aromáticas, menta, tomillo y romero.
7. Emplatamos. Ponemos dos puntos de leche de oveja. Añadimos un punto de glaceé de hierba aromática. Colocamos la molleja y el hígado y una pizca de sal a cada pedazo. Por encima colocamos el algodón de azúcar para que simule la lana de cordero con un poco de ralladura de limón.
8. Cuando vayamos a servirlo vertemos el jugo del cordero por encima de la lana para que desaparezca.

Receta de Ignacio Echapresto
I estrella Michelin

Churrasco de cordero con aliño de miel, berenjena y níscalos

20 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *Churrasco de cordero*
- *Miel de tomillo y romero*
- *Aceite de pimentón*
- *Polen*
- *Berenjenas*
- *Setas de temporada, en este caso, níscalos*
- *Piñones*
- *2 dientes de ajo*
- *1 rama de romero*

Paso a paso para la guarnición

1. Cortamos la berenjena a daditos y la hacemos en una sartén con un poco de aceite.
2. Partimos los níscalos en 4 y los agregamos a la sartén, salpimentamos y añadimos los piñones.

Paso a paso para el cordero

1. Ponemos aceite en una olla y echamos los dos dientes de ajo y la ramita de romero. Una vez que el aceite se haya aromatizado, sacamos el tomillo y el ajo.
2. Cortamos el churrasco en trocitos pequeños.
3. Salamos el cordero y lo ponemos a freír durante dos minutos.
4. En un mortero vertemos dos cucharadas de miel y otras dos de aceite de pimentón.
5. Batimos muy bien el aliño y agregamos una gota de vinagre.
6. Sacamos el churrasco del fuego y con un papel absorbente eliminamos el exceso de aceite.
7. Emplatamos haciendo un caminito de la guarnición de verduras, ponemos el churrasco, y vertemos el aliño encima de todo lo demás. Como último toque, echar un poco de semillas de polen y una ramita de romero.

Receta de Javi Estévez
I estrella Michelin

Lasaña de cordero

1 h | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *Sobras de cordero*
- *Cebolla*
- *Pimiento rojo*
- *Pimiento verde*
- *Tomate*
- *Jugo de cordero*
- *Bechamel*
- *Pasta wonton*
- *Picada de tomate y queso*
- *Cebolla crujiente*
- *Cilantro*

Paso a paso

1. Preparamos un sofrito con cebolla, pimiento rojo, pimiento verde y tomate, que quede muy pochado.
2. Desmenuzar el cordero.
3. Cocer en agua hirviendo la pasta wonton.
4. Integrar el cordero desmenuzado al sofrito y mezclar muy bien.
5. Añadimos un poco de jugo de cordero, este lo hemos obtenido al cocinar previamente el cordero y dejarlo reducir. Mezclamos todo y reservamos para más tarde.
6. En un plato ponemos una base de bechamel, una capa de pasta wonton, un poco de la mezcla del cordero y encima otra capa de wonton.
7. Añadimos más jugo de cordero por encima de la lasaña y más bechamel.
8. Agregamos una picada elaborada con tomate y queso, un toque de cebolla crujiente arriba del todo y opcional puede añadirse un poco de picante al plato.
9. Coronamos el plato con unos brotes de cilantro.

Receta de Pedro Sánchez
I estrella Michelin

Filete de pierna de cordero empanado, ensalada de albahaca fresca y salsa de queso de cabra

15 min | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *Filetes de pierna de cordero*
- *Queso de cabra*
- *Perejil*
- *Albahaca*
- *Brotes*
- *Cherries*
- *3 huevos*
- *Tomillo*
- *Sal*
- *Ajos*
- *Leche*
- *Pan rallado*

Paso a paso

1. Introducimos los filetes de cordero en leche, ajo, sal y perejil, durante 48 h.
2. Batimos los huevos y ponemos el pan rallado en una superficie plana para facilitar el empanado.
3. Empanamos, pasamos los filetes, por el huevo y pan rallado.
4. Preparamos una olla con abundante aceite de oliva virgen extra.
5. Freímos los filetes por las dos partes, hasta que queden dorados.
6. Para elaborar la salsa, ponemos en una olla la leche, el rulo de cabra y la albahaca. Dejamos que se funda todo mientras mezclamos.
7. Preparamos la ensalada con brotes, cherries, alguna hoja de albahaca y aceite y sal al gusto.
8. Servimos en un plato el filete empanado, un poco de ensalada y un par de cucharadas de salsa de queso.

Receta de María Gómez
I estrella Michelin

Canelones de cordero

1 h 30 min | 10 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

Para los canelones:

- *Guiso de cuello de cordero*
- *Bechamel al Jerez*
- *Placas de canelones*
- *Queso emmental rallado*
- *Cebollino*

Para el relleno:

- *600 g de cebolla*
- *400 g de zanahoria*
- *500 g de cuello de cordero*
- *50 ml de vino tinto*
- *Sal, pimienta y especias*
- *4 l de agua*
- *25 ml de aceite de oliva virgen extra*

Para la bechamel al Jerez:

- *1 l de leche entera*
- *45 g de harina de trigo*
- *55 g de mantequilla sin sal*
- *30 ml de Amontillado Tío Diego*
- *Sal, pimienta blanca y nuez moscada*

Paso a paso para el guiso

1. Pelamos y cortamos la verdura para preparar el guiso. Añadimos en una olla el cordero y sofreímos las verduras.
2. Salpimentamos al gusto y añadimos el vino.
3. Dejamos que evapore el alcohol y añadimos el agua para dejar cocer a fuego medio.
4. Cocinamos durante unas 5 h, hasta que la carne esté bien tierna.
5. Con el caldo del guiso hacemos una reducción.
6. Desmigamos la carne y la mezclamos con la salsa reducida.
7. Ponemos esta mezcla en una manga pastelera.

Paso a paso para la bechamel de Jerez

1. Elaboramos una bechamel básica.
2. Añadimos el Amontillado y la sal, pimienta y nuez moscada.

Paso a paso para los canelones

1. Preparamos las láminas de los canelones y con la manga pastelera los rellenamos y enrollamos.
2. Los cubrimos con la bechamel y espolvoreamos un poco de queso rallado para gratinar. 5 min 200º C.
3. Los servimos en un plato y decoramos con cebollino picado.

Receta de Nacho Manzano
2 estrellas Michelin

Sandwich de cordero

1 h | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

Para el sandwich:

- *Cuello de cordero*
- *Verduras varias*
- *Vino blanco*
- *Ajo*
- *Cebolla*
- *Sal*
- *Pimienta negra*
- *Albahaca*
- *Perejil*
- *Ras el hanout*
- *Pan de molde*
- *Mantequilla*
- *Tomates cherries macerados*
- *Salsa tártara*

Para el puré:

- *Guisantes*
- *Cebolla*
- *Aceite*
- *Menta*
- *Sal*
- *Azúcar*
- *Pimienta negra*

Paso a paso

1. Guisamos el cuello con verduras, vino blanco, ajo y cebolla.
2. Reservamos el jugo del guiso y separamos la grasa del guiso para más tarde.
3. Desmenuzamos el cordero.
4. Añadirmos sal, albahaca, perejil, pimienta negra y toque de ras el hanout. Incorporamos un poco del jugo y la grasa de la cocción que habíamos guardado, y amasamos bien, esto hace que el cordero quede muy jugoso.
5. Elaboramos un puré de guisantes con cebolla, guisantes, aceite, menta, sal y pimienta.
6. Preparamos los sándwiches, cogemos pan de molde sin corteza, rellenamos con el cordero y lo cortamos en cuadrados. Y los dejamos enfriar.
7. Untamos los panes de los sándwiches con un poco de mantequilla derretida.
8. Marcamos los sándwiches en una sartén a fuego medio. Luego les damos un toque de calor en el horno para que la carne esté caliente.
9. Servimos una cucharadita de puré por cada mini sandwich y ponemos encima de él un tomate cherry, incorporamos los sandwiches al plato y agregamos un poco del jugo que nos había sobrado del guiso de cordero. Por último ponemos un puntito de salsa tártara encima de cada sandwich.

Receta de Ignacio Solana
I estrella Michelin

Churrasco de cordero con falso arroz y emulsión de alcaparra

1 h 30 min | 4 personas | Nivel difícil | Cordero

Ingredientes

Para el churrasco:

- *Churrasco de cordero*
- *Aceite*
- *Sal*
- *Romero*
- *Tomillo*

Para el orzo:

- *Orzo*
- *Huesos y partes no utilizables del cordero*
- *Verduras varias*

Para la emulsión de alcaparra:

- *Alcaparra encurtida*
- *1 huevo*
- *Aceite*

Para la demi glace:

- *Huesos de cordero*
- *Verduras varias*
- *Vino tinto*

Paso a paso

1. Cocinamos al vacío el cordero. Metemos la pieza en una bolsa de vacío con aceite, sal, romero y tomillo. Lo cocinamos en el horno a 70º C durante 7 h.
2. Una vez cocinado el churrasco, lo extraemos de la bolsa y retiramos poco a poco las costillas de atrás, para así cortarlo en 3 porciones uniformes.
3. Para el falso arroz, utilizaremos el orzo. Para mojar este orzo hacemos un caldo con los huesos y partes no utilizables del cordero y un poco de verdura.
4. Ponemos el orzo en una olla, vertemos 3 partes de caldo caliente por 1 de orzo. Dejamos que cueza durante 2 o 3 min removiendo continuamente para que vaya ligando y suelte la fécula como un risotto.
5. Una vez el orzo esté listo, lo reservamos para el emplatado.
6. Por otro lado, preparamos una emulsión de alcaparra. Batimos la alcaparra encurtida junto con el huevo y el aceite como si fuera una mayonesa y lo reservamos para más tarde.
7. Preparamos la demi glace de cordero. Tostamos los huesos del cordero con unas verduras y añadimos el vino tinto, dejamos que reduzca al máximo hasta que quede una salsa.
8. Marcamos vuelta y vuelta las porciones de churrasco.
9. Emplatamos el cordero. Preparamos una base de orzo, ponemos encima los trocitos de churrasco y los bañamos con la demi glace. Por último ponemos unos toques de la emulsión de alcaparra a cada trocito de churrasco.

Receta de Samuel Moreno
I estrella Michelin

Cordero estilo moruno

1 h 30 min | 2 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

Para el cordero:

- *Cuello de cordero*
- *2 berenjenas*
- *2 tomates*
- *Ajo*
- *Tomillo*
- *Laurel*
- *Pimienta negra*
- *Brotes verdes*

Para la salsa:

- *Yogur griego natural*
- *Lima*
- *Jengibre*
- *Cilantro*
- *Ajo*

Paso a paso para la salsa

1. Vertemos el yogur en un recipiente donde poder hacer la salsa.
2. Agregamos un chorrito de limón, un poco de cilantro picado, orégano seco, medio diente de ajo rallado y un poco de jengibre.

Paso a paso para el cordero

1. Cocinamos el cuello de cordero al vacío junto con un poco de aceite, tomillo, romero, pimienta y sal a 75º C durante 14 h.
2. Una vez el cordero esté listo, lo limpiamos de cualquier hueso y nervio con un poco de jengibre.
3. Cogemos papel film y colocamos toda la carne y enrollamos como un rulo. En este paso es importante que la carne está todavía caliente.
4. Partimos la berenjena por la mitad.
5. Ponemos el tomate, la berenjena y el ajo en una bandeja y las asamos al horno con un poquito de aceite.
6. Cuando las verduras estén cocinadas, tenemos que pelarlas y/o limpiarlas y seguidamente triturarlas hasta conseguir un puré, esto lo pondremos en la base del plato.
7. Cocinamos el rulo del cordero y glaseamos.
8. Para el emplatado pondremos el rulo del cordero sobre la base de puré y añadiremos los brotes verdes y la salsa de cilantro.

Receta de Toño Pérez
2 estrellas Michelin

Entrante frío de crujiente de cordero y salsa de cítricos

2 h | 4 personas | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

- *Pierna de cordero*
- *Manteca*
- *Tomillo*
- *Fondo de cebolla*
- *Kale*
- *Aceitunas negras*
- *Pistachos*
- *Naranja*
- *Brotes tiernos de mostaza roja rizada*
- *Aliso morado*
- *Mini patatas soufflé o daditos de patata frita*

Paso a paso

1. Asamos la pierna de cordero un día antes, con manteca, tomillo y un fondo de cebolla.
2. Con el jugo del asado elaboramos una salsa. Reducimos el jugo con un poco de naranja.
3. Cortamos la pierna en daditos.
4. Freímos el kale hasta que esté crujiente.
5. Deshuesamos las aceitunas negras y las laminamos.
6. Calentamos la salsa cítrica del jugo y naranja.
7. Para el emplatado disponemos los taquitos de cordero por el plato, los acompañamos con el kale, las aceitunas negras y los pistachos.
8. Ponemos un poco de salsa y añadimos los brotes tiernos y el aliso morado.
9. Añadimos las patatas soufflé o los taquitos de patata frita.
10. Cuando sirvamos el plato vertemos un poco de la salsa cítrica caliente.

Receta de Antonio González
I estrella Michelin

French rack asado con guarnición de verduras a la brasa

35 min

1 persona

Nivel fácil

Cordero

Ingredientes

- *1 costillar de french rack de cordero*
- *1 repollo cerrado*
- *5 cebollas francesas*
- *5 tomates cherries*
- *10 g de sal por cada kg de carne*
- *1 chorrito de aceite de oliva*
- *1 limón en cuartos*

Paso a paso

1. Asar el French Rack al horno sobre 18 min aproximadamente a 180º C con las verduras, el aceite de oliva y el limón.
2. Una vez asado el cordero, cortar a modo de chuletillas, disponer las cebollas francesas y el repollo y parte de los tomates.
3. Triturar el resto de los tomates con el limón asado y mezclar con los jugos del cordero y ponerlo todo a modo de salsa.

Receta de Antonio González
I estrella Michelin

Picaña de cordero a la parrilla con pimientos asados

45 min | 1 persona | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

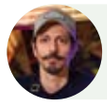
- *1 picaña de cordero de 400 g*
- *1 pimiento morrón verde*
- *1 pimiento morrón rojo*
- *1 pimiento morrón amarillo*
- *10 g de sal por cada kg de carne*
- *Añadir una pizca de pimienta negra*
- *30 ml de aceite de oliva*
- *Tomillo, romero y orégano al gusto*

Paso a paso

1. Salar la picaña, asar o poner en la parrilla de 8 a 10 min por cada lado a una temperatura moderada (a 25 cm del fuego de la parrilla) también se puede asar.
2. Asar las 3 clases de pimientos, cortar en trozos, alinear con las especias y la sal.

Consejos para la presentación

Cortar la picaña en trozos y poner encima de los pimientos, poner alguna flor comestible o detalle decorativo para presentar y el jugo del asado por encima de la tajada.



Receta de Roberto Martínez
I sol Repsol

Albóndigas de cordero al curry rojo y patatas fritas

45 min | 1 persona | Nivel fácil | Cordero

Ingredientes

Para las albóndigas:

- *750 g de carne cordero picada*
- *2 huevos medianos*
- *150 g de pan brioche*
- *5 cucharadas de leche entera*
- *1 cucharada de cilantro y albahaca fresca picada*
- *2 dientes de ajo*
- *1 cebolla*
- *Sal y pimienta negra recién molida*
- *Harina*

Para la salsa:

- *4 chalotas*
- *2 zanahorias*
- *2 dientes de ajo*
- *125 ml de vino blanco*
- *Unas hebras de azafrán*
- *1 cucharada Cúrcuma*
- *1 hoja de laurel*
- *80 g Pasta de curry rojo*
- *1,5 l Passata Italiana*
- *Sal y pimienta negra recién molida*
- *Aceite de oliva*

Paso a paso para las albóndigas

1. Lo primero de todo es hacer las albóndigas, que todas salgan más o menos igual. Salpimentamos la carne picada, en un cuenco grande.
2. Rompemos los 2 huevos y los añadimos. Las rebanadas de pan sin la corteza que previamente hemos remojado en leche durante unos minutos. Y por último el ajo muy picadito junto al cilantro y albahaca.
3. Removemos muy bien toda la mezcla. Empezamos a trabajar la masa haciendo pequeñas o grandes pelotas que luego pasaremos por harina. Las dejamos en un plato a la espera de freírlas. Las sacudimos un poco para retirar el exceso de harina y freímos en aceite de oliva virgen bien caliente unos 3 minutos. Reservamos.
4. Pasamos las albóndigas a la cazuela con la salsa recién hecha. Calentamos a fuego medio hasta que quede una salsa de tomate ligeramente espesa (por la harina) durante unos 10 minutos. Dejamos que reposen unos 5 minutos mientras freímos las patatas en cubitos.
5. Por último, agregaremos las papas fritas junto a la salsa con las albóndigas.

Paso a paso para la salsa

1. Picaremos las chalotas, zanahorias y ajo y rehogaremos en una olla hasta que esté cocinado, después agregamos la cúrcuma y rehogamos un poco más, a continuación, agregamos la pasta de curry y dejaremos cocinar a fuego suave.
2. Cuando está todo lo anterior cocinado agregamos la salsa de tomate y dejamos cocer una vez más y añadiremos el vino, laurel y azafrán y dejamos cocer unos 40' a fuego bajo. Una vez cocinado lo vamos a triturar para que nos quede una salsa fina.

Receta de Miguel Ángel de la Cruz
I estrella Michelin

Pierna de cordero lechal lacada al romero

3 h | 1 persona | Nivel fácil | Lechal

Ingredientes

- *4 piernas de cordero lechal*
- *200 gr de huesos de cordero para la salsa*
- *100 gr de miel*
- *50 gr de azúcar*
- *20 gr de hojas frescas de romero*
- *200 gr de zanahorias*
- *100 gr de cebollas*
- *100 gr de puerros*
- *100 gr de apio blanco*
- *800 gr de caldo de verduras*
- *Sal*
- *Aceite de oliva*

Consejos para la presentación

Servir la pierna de cordero caliente en un plato apropiado, entonces disponer una cantidad generosa de la salsa de cordero, acompañar de una pequeña ensalada de escarolas y granadas aliñadas con aceite y vinagre.

Paso a paso

1. Deshuesar las patas de lechazo, con cuidado de mantener su forma original. Sazonar. En un recipiente adecuado, añadir unas gotas de aceite de oliva y dorar las piernas de cordero hasta que adquieran un agradable tono tostado por toda la superficie. Retirar y reservar.
2. Elaboramos un jugo de cordero que después utilizaremos para lacar las patas, para esto en un recipiente adecuado, añadimos la verdura limpia y cortada en pequeños dados, añadimos unas gotas de aceite de oliva y cocinamos la verdura hasta que este dorada, entonces añadimos los huesos de cordero y el caldo de verduras. Cocinamos el conjunto 30 minutos más a fuego lento. Colar y reservar.
3. En una cazuela, añadir el azúcar y caramelizar ligeramente, añadir la miel y cocinar a fuego débil durante 2 minutos, añadir las patas de cordero dejando se impregnen de la mezcla de miel y azúcar. Añadir el jugo anterior y cocer a fuego lento durante 20 minutos, hasta que todo esté bien incorporado, añadir entonces las hojas de romero.
4. Sacar las patas del caldo y llevarlas a una placa de horno. Cocinar a 150Cº durante una hora y treinta minutos aproximadamente, durante todo este tiempo, se ira volteando las piezas y añadiendo en la superficie de la carne una cantidad del jugo anterior. Esta operación se hace para que la carne adquiera una capa del jugo caramelizado, y al final de la cocción las piezas estén perfectamente lacadas.