



ITALIAN TRADE AGENCY

ICE - Agencia Italiana para el Comercio Exterior
Oficina de la Embajada de Italia
para la promoción del intercambio comercial

MENÚ NAVIDEÑO 2021

Chef Antonio Balassone

PRIMER TIEMPO: Coles de Bruselas

Las coles de Bruselas son una verdura bastante devaluada. Algunos tenemos el recuerdo de comer un plato hecho con esta verdura, pero servidas sobre cocidas y de color casi marrón.

La cocción es un factor importante cuando trabajamos con este tipo de ingredientes.

El invierno es la temporada de esta verdura por lo que suele aparecer en los menús navideños o de dicha temporada.

Nosotros haremos una versión que recordará a los sabores de una ensalada César.

Por otro lado, haremos una salsa llamada Bagna cauda, que es una salsa típica de la región del Piamonte, hecha a base de ajo y anchoas que usaremos para acompañar nuestros coles de Bruselas.

Le daremos el toque crocante que caracteriza a una ensalada César con quinoa frita, este ingrediente se puede sustituir por algún tipo de nuez o los clásicos croutones de pan.

INGREDIENTES:

- 600 g de coles de Bruselas
- 250 g de crema de leche
- 150 g de quinoa frita (se puede sustituir por frutas secas o croutones)
- 100 g de queso parmesano
- 1 lata de anchoas
- 1 cabeza de ajo
- 50 g de mantequilla
- 1 limón amarillo
- Aceite de oliva extra virgen
- Aceite vegetal
- Pimienta
- Sal



ITALIAN TRADE AGENCY

ICE - Agencia Italiana para el Comercio Exterior
Oficina de la Embajada de Italia
para la promoción del intercambio comercial

PROCEDIMIENTO PARA PREPARAR BAGNA CAUDA:

- Hervir las cabezas de ajo con piel, esto nos ayudará a facilitar la limpieza del mismo.
- Una vez limpios los ajos, los colocamos en una olla con agua fría y hervir.
- Repetir el procedimiento entre 4 o 5 veces (colar el agua cada vez). Esto ayudará a que los ajos pierdan su carácter indigesto y como resultado obtendremos una salsa ligera y delicada.
- Licuar el ajo previamente hervido junto con las anchoas, un poco de crema de leche y mantequilla hasta que quede una salsa lisa, de color blanco perlado.
- Apartar

PREPARACIÓN DE LAS COLES DE BRUSELAS:

- Lavar y cortar las coles por la mitad.
- Agregar aceite vegetal en una sartén antiadherente y colocar la verdura por el lado del corte.
- Cocinar a fuego medio y tapar para que el vapor las cocine.
- Esperar unos minutos, destapar la sartén y subir el fuego. La finalidad es tatemar un poco la verdura para dar un toque ahumado y caramelizado. El resultado final debe ser el de una verdura aún verde y crocante.
- Retirar del fuego y apartar.
- Condimentar las coles en un bowl con aceite de oliva, jugo de limón y ralladura de limón.

EMPLATADO:

1. Servir la salsa bagna cauda precalentada en la base de nuestro plato.
2. Incorporar las coles.
3. Agregar la quinoa frita y finalizar con queso parmesano y un toque de pimienta recién molida.