

# RECETAS DEL DÍA 5



Rosario de Fátima Avilés Avilés

# *Recetas del día 5*



*Rosario de Fátima Avilés Avilés*

## Contenido

Sandía con sorbete de lima .....	5
Roscas de ciruela.....	6
Frutas de verano confitadas.....	8
Gazpacho de melocotón .....	9
Aperitivo de melocotón con jamón y queso.....	10
Aguacates rellenos .....	11
Ensalada de zanahoria morada, melocotón y pollo .....	12
Ensalada de pollo con moras y aguacate.....	13
Brochetas de pato marinado y melocotón con acelga roja .....	14
Sopa de melocotón con menta.....	15
Melocotones en gelatina de frambuesa.....	16
Smoothie granizado de melocotón, frambuesa y lima.....	17
Helado de melocotón.....	18
Gelatina de sandía en rodajas.....	19
Tartaletas heladas con gelatina de frutas.....	20
Gelatina de salmorejo con cangrejo .....	22
Bavaroise de sandía con menta .....	23
Helado de gelatina de arándanos .....	24
Bizcochitos de ciruelas .....	25
Ensalada de salmón fresco con aguacate y melón.....	26
Ensalada de verduras, nueces y salsa de queso.....	27
Ensalada de sandía y queso feta al tomillo .....	28
Coles de Bruselas al curry con quinoa naranja.....	29
Ensalada Cesar a la parrilla.....	31
Ensalada de lentejas y vieiras .....	32
Galette de nectarinas .....	33
Crepas de jamón, aguacate y queso Gruyere .....	34
Café de champiñones.....	35
Arroz con leche y café servido con galletas de almendras .....	36
Crema de chocolate y café con frutos rojos.....	37
Capuccino frappé .....	38
Café con hielo y limón .....	39
Helado de café bombón .....	40
Costillas con mole de café y chocolate .....	41

Mousse de chocolate negro y café.....	43
Crema de café .....	44
Vasitos de chocolate en dos texturas.....	45
Vasitos con brownie y yogur griego.....	46
Arroz con leche al chocolate.....	47
Bizcocho de chocolate con mousse de café .....	48
Magdalenas de chocolate, café y remolacha .....	50
Tiramisú de chocolate blanco .....	52
Mousse de chocolate blanco y plátano .....	53
Cerezas en baño de chocolate blanco .....	54
Delicias de chocolate blanco y arándanos.....	55
Bizcocho de chocolate blanco con queso .....	56
Tarta monstruo rosa .....	57
Poción mágica de calabaza.....	59
Chocolates rellenos de Baileys .....	60

# Sandía con sorbete de lima

## INGREDIENTES

1/2 Sandía  
Ralladura de lima (de dos limas)  
1 manojo hierbabuena

## SORBETE DE LIMA

400 ml agua  
450 ml zumo de lima  
1 Lima  
2 Claras de huevo  
200 g azúcar

## PREPARACIÓN

### SORBETE DE LIMA

Echar en un cazo el agua con el azúcar y calentar a fuego lento hasta que este se disuelva. Montar las claras a punto de nieve. Retirar del fuego, añadir el zumo de la lima y las claras y mezclar bien. Poner la mezcla en una heladera o, si no se dispone de una, meterla en el congelador y deshacer con un tenedor los cristales que se van formando cada 30 minutos al menos cuatro veces para conseguir un resultado cremoso.

## PRESENTACIÓN

Partir la sandía, disponerla en una bandeja con una bola de sorbete por comensal. Espolvorear por encima la ralladura de la lima y colocar unas cuantas hojas de hierbabuena al gusto. Partir la lima en gajos grandes y añadirlos a la mezcla.

# Roscas de ciruela

## INGREDIENTES

125 g harina de fuerza  
50 ml leche  
20 g azúcar  
75 g mantequilla  
10 g margarina  
7 g levadura fresca  
1 Huevo  
1 pizca sal  
2 Ciruelas rojas

## ALMÍBAR CON CIRUELA

100 g azúcar glas  
50 ml agua  
1 rama canela  
1 Ciruela

## PREPARACIÓN

### PARA EL ALMÍBAR CON CIRUELA

Llevar a ebullición en un cazo el azúcar con el agua y la canela y dejarlo reducirse hasta que se forme un almíbar no muy denso. Desechar la rama de canela y pelar, deshuesar y cortar la ciruela en trozos pequeños; añadirlos al almíbar caliente y dejar reposar.

### PARA LA ROSCA

Mezclar en un cuenco la harina, la sal, el azúcar y la levadura y dar a la mezcla forma de volcán. Poner en el centro el huevo y mezclar poco a poco. Añadir la leche y la margarina y seguir amasando con una espátula de silicona hasta que la masa se despegue de las paredes pero siga un poco pegajosa. Cubrir el cuenco con un paño y dejar reposar la masa en un lugar cálido sin corrientes hasta que doble su volumen (1 hora aproximadamente). Entonces, estirarla sobre una superficie con un rodillo dándole una forma rectangular. Extender la mantequilla sobre la mitad de la masa y cubrir con la otra mitad. Estirar de nuevo la masa de forma rectangular y doblarla en tres partes: el tercio superior hasta la mitad y el tercio inferior sobre él. Envolver en un papel film y meter en la nevera 15 min. Sacar y repetir el último paso estirando la masa y doblando en tres partes una vez más, refrigerar otros 15 min y repetir el proceso otra vez. Estirar ahora la

masa dándole forma cuadrada, doblar cada esquina hasta juntarlas en el centro y colocar aquí las dos ciruelas sin el hueso partidas por la mitad. Dejar fermentar por última vez hasta que doble su volumen. Precalentar el horno a 200° y hornear hasta que comience a dorarse. Sacar del horno, dejar que se temple, añadir el almíbar al gusto sobre las ciruelas, espolvorear con azúcar glas y servir.

# Frutas de verano confitadas

## INGREDIENTES

2 Melocotones  
4 Nectarinas  
2 Ciruelas  
1 vaina vainilla natural  
250 ml vino de Málaga  
200 ml agua  
5 Clavos  
1 rama canela  
2 vaina vainilla natural para decorar  
2 Hojas de melocotonero para decorar

## PREPARACIÓN

Pelar las frutas y ponerlas en una cazuela con la vaina de vainilla, la canela y los clavos. Añadir el agua y el vino de Málaga y cocerlas a fuego lento hasta que el líquido se reduzca y resulte un almíbar no muy denso.

## PRESENTACIÓN

Retirar las especias, repartir en cuencos hondos las frutas con el almíbar resultante. Decorar con una vaina de vainilla abierta longitudinalmente para aprovechar su aroma y añadir una hojita de melocotonero.  
Consejo: Puedes acompañar las frutas con queso ricotta batido con azúcar glas y unas pepitas de chocolate negro.



# Gazpacho de melocotón

## INGREDIENTES

1/2 kilogramo tomate en rama  
1/2 kilogramo melocotón (y un poco más para decorar)  
1/2 unidad cebolla  
1/2 unidad pimiento rojo  
1/2 unidad pepino  
1 diente ajo  
Aceite de oliva virgen extra  
Vinagre de Jerez  
Sal  
Agua  
Cebollino

## PREPARACIÓN

Cortamos los tomates en cuatro trozos y los ponemos en el vaso de la batidora, licuadora o robot de cocina. Pelamos el ajo, la cebolla, los melocotones y el pepino, troceamos y añadimos. Lavamos, secamos, despepitamos, picamos y añadimos el pimiento rojo. Incorporamos agua, sal, vinagre y aceite (es mejor que echas poca cantidad de condimentos y luego rectifiques). Lo pasamos por un chino y lo metemos en la nevera 2-3 horas para servir bien fresquito. Repartimos el gazpacho en vasitos, boles o platos hondos y decoramos con daditos de melocotón y cebollino picado.

# Aperitivo de melocotón con jamón y queso

## INGREDIENTES

2 melocotones  
100 g queso  
100 g jamón serrano en lonchas finas  
1 ramillete perejil fresco  
Sal  
Pimienta  
Aceite de oliva virgen extra

## PREPARACIÓN

Pela los melocotones, quita el hueso y córtalo en gajos. Corta el queso en bastones del tamaño de los gajos de melocotón. Cocina los gajos de melocotón salpimentados a la plancha con un poco de aceite. Con cuidado envuelve con una loncha de jamón serrano cada gajo de melocotón con un bastón de queso en el interior y unas hojas de perejil. Coloca en una bandeja y lleva a la mesa este delicioso aperitivo.

Aguacates rellenos de melocotón y cacahuates

