

## 12.- LAS SETAS EN LA COCINA INTERNACIONAL III

Ana María **RAMÍREZ VILLAR**

E- 23700. LINARES (Jaén).España

**Lactarius** 13: 112-117 (2004). ISSN 1132-2365

### **CHAMPIÑONES CON QUESO DE HIERBAS Y AJO**

#### **Ingredientes: (Aperitivo)**

- 12 Champiñones hermosos
- 60 gr. de pan rallado
- 150 gr. de queso fresco cremoso a las finas hierbas
- 1 ajo pequeño
- 1 huevo
- Rebanadas de pan para acompañar

#### **Preparación**

Calentar el horno a 180 grados. Quitar los pies a los champiñones. Poner los sombreros y los pies cortados en un colador. Regarlos con agua hirviendo para esterilizarlos. Dejar escurrir los sombreros. Picar los pies, mezclarlos con el ajo bien machaca-

do, el pan rallado, el huevo y el queso. Repartir la mezcla entre los doce sombrerillos, que habrán sido impregnados de aceite en la parte externa. Hornear durante 20/25 minutos. Servir acompañados de rebanadas de pan crujiente.

FUENTE: BARRY, M. Y GOOLDEN, J. (1995): *Entertaining with Food and Drinks*. BBC Books. London.

### **PATÉ DE LENTEJAS Y SETAS**

#### **Ingredientes: (Aperitivo)**

- 250 gr. de lentejas
- 50cc de aceite de oliva
- 1 Cebolla grande finamente picada
- 1 Diente de ajo pelado y

- finamente picado
- 200 gr. de *Lentinus edodes* o *Boletus* lavados y cortados en cuartos.
  - 1 Huevo
  - 1 Cucharadita de Salvia picada.
  - 1 Cucharada de perejil picado.
  - 1 Cucharada de apio picado
  - Rebanadas de baguette para servir.

### **Preparación:**

Poner las lentejas, ya remojadas en una olla con agua que las cubra. Cocerlas a fuego vivo 10 minutos y después dejarlas a fuego lento de 15 a 20 minutos, hasta que estén hechas pero no deshechas. Cuando estén casi terminadas salarlas al gusto.

Poner a calentar el horno a 180 grados.

Mientras tanto, picar la cebolla y el ajo y ponerlos a rehogar en una sartén con el aceite. Cuando pasen un par de minutos añadir las setas y seguir erogando 7 u 8 minutos más. Escurrir las lentejas y ponerlas en un vaso

batidor junto a las setas, el huevo, la salvia, el perejil y el apio. Hacer con todo ello un puré y rectificar de sal.

Volcarlo todo en un molde de horno, y cocerlo al baño maría durante 30 minutos. Dejar enfriar antes de servir.

Adaptado de: BARRY, M. Y GOOLDEN, J. (1995): *Entertaining with Food and Drinks*. BBC Books. London

### **CHAMPIÑONES CON PARMESANO Y SALSA DE AJO**

**Ingredientes para dos personas:**

- 75 gr. de pan rallado
- 30 gr. de queso palmesano rallado
- pimienta negra
- 1 cucharada de hierbas frescas picadas (perejil, cilantro, cebollino...)
- 250 gr. de champiñones pequeños
- 1 huevo batido
- 1 cucharada de aceite de oliva

Para la salsa: 60 ml. de yogurt natural 30 ml. de mayonesa 10 ml. de zumo de limón 1 diente de ajo machacado 1 cucharada de hierbas frescas picadas Sal y pimienta

### **Preparación:**

Primero se hace la salsa batiendo todos los ingredientes en la batidora. Se deja que los sabores se mezclen mientras se hacen los champiñones.

Poner el pan rallado en un plato y se le añade el queso rallado, la pimienta molida y las hierbas picadas. Se mezcla todo bien. Se van pasando los champiñones, limpios y secos por huevo batido y después por la mezcla de pan rallado, queso y hierbas. Se van colocando en una placa para horno, previamente engrasada. Se mete en el frigo mientras se calienta el horno (10 minutos). Se pone la placa en el horno calentado a 250 °C, después se baja a 200 °C y se asan durante 4 minutos, después se untan de aceite y se vuelven a meter en el horno durante 5 minutos más, o hasta que los champiñones están dorados y crujientes.

Se sirven inmediatamente con

la salsa de ajo que habíamos preparado.

## **CARPACCIO DE HONGOS**

### **Ingredientes:**

- 300 gr. de *Boletus edulis* grandes
- 50 cc. de Aceite de oliva virgen
- 50 cc. de Aceite de oliva de 0.4° de acidez
- 25 cc. de Vinagre balsámico
- 1 Ramillete de cebollino picado muy fino
- 1 Cucharada sopera de queso parmesano rallado.
- Sal gorda

### **Preparación**

Limpiar y lavar los boletos meticulosamente. Cortarles el extremo inferior del pie, aprovechando la mayor parte del mismo. Secarlos concienzudamente y colocarlos sobre una bandeja para meterlos 45 minutos en el congelador. Mientras tanto mezclar en un bol los dos tipos de aceite, con el vinagre, la sal y el cebollino. Emulsionar la mezcla

con unas varillas y mezclarle el parmesano rallado. Después sacar los boletos del congelador y cortarlos en láminas muy finas. Introducirlos en la vinagreta que se ha preparado y dejarlas macerar durante 5 minutos. Servir las lonchas ordenadas sobre un plato.

FUENTE: OYARBIDE, I.(1996): *Las mejores recetas con setas*. Ed. Everest. León.

### **BROCHETA DE SETAS Y VIEIRAS**

#### **Ingredientes:**

- 200 gr. de Setas de temporada: *amanitas cesáreas* o setas de cardo
- 100 gr. de Vieiras sin concha
- 8 Espárragos verdes
- 50 gr. de Tocino entreverado
- 50 cc. de Aceite de Oliva virgen
- Sal y pimienta blanca

#### **Preparación**

Lavar y limpiar bien las setas cuidando que no se rompan. Cortarles el extremo del pie aprove-

chando al máximo el tallo. Secarlas y reservarlas.

Sacar las vieiras de su concha, lavarlas bien en agua fría y escurrirlas. También se pueden comprar congeladas ya limpias y sin concha.

Cortar las setas y las lonchas de tocino en trozos como para ir ensartados en una brocheta. Los trozos de tocino deben ser como la mitad del tamaño de los trozos de setas.

Se les quita la parte dura a los espárragos y se lavan. Se cortan las puntas y se ponen a cocer en agua salada hirviendo, durante 1 minuto. Se sacan y se pasan por agua fría. Se preparan las brochetas ensartando sucesivamente: beicon, un trozo de seta, una vieira y una punta de espárrago.

Con un pincel de cocina se untan las brochetas de aceite de oliva y se salpimentan. Se hacen a la parrilla, en sartén o barbacoa durante unos 2 minutos por cada lado.

FUENTE: OYARBIDE, I.(1996): *Las mejores recetas con setas*. Ed. Everest. León.

## **MENESTRA DE SETAS STROGANOFF**

### **Ingredientes (4 personas)**

- 900 gr. de setas mezcladas: morchelas, boletus, setas de cardo, de chopo, champiñones, geotropas, senderuelas...
- 300 gr. de cebollas
- 70 cc. de aceite
- 2 cucharadas colmadas de puré de tomate
- 300 cc. de caldo de verduras
- 2 cucharadas de harina tostada
- 1 yogurt
- 125 gr. de queso quark
- Perejil
- Tagliatelle o arroz blanco para acompañar.

### **Preparación**

Limpiar bien las setas. Cortar las setas en láminas de un centímetro y las cebollas en láminas de medio centímetro. Calentar el aceite y freír las cebollas hasta que estén translúcidas. Añadir entonces las setas y rehogar todo junto tres o cuatro minutos. Aña-

dir el puré de tomate y el caldo de verduras y hacerlo hervir, añadir, entonces las dos cucharadas de harina tostada, para que espese. Se tiene cocinando tres o cuatro minutos, se aparta del fuego y se añade el yogurt y el queso quark mezclados. Se espolvorea de perejil picado y se sirve bien caliente acompañado de arroz blanco, o tagliatelle al dente. Si se utilizan setas secas, conviene dejarlas a remojar en agua bien caliente durante 10 minutos. El agua del remojo se puede usar como caldo en esta receta.

FUENTE: BARRY, M. Y GOOLDEN, J. (1995): *Entertaining with Food and Drinks*. BBC Books. London

## **POLLO CON CHAMPIÑONES AL ESTILO TURCO**

### **Ingredientes para cuatro personas:**

- 1 cucharada de aceite de oliva
- 4 cuartos de pollo
- 1 cebolla picada
- 1 diente de ajo machacado
- 1 cucharada de harina

- 100 ml. de vino blanco seco
- 450 ml. de caldo de pollo
- 1 cucharada de puré de tomate
- 1 ramillete de hierbas aromáticas:
- perejil, laurel, tomillo etc. .
- Sal y pimienta molida
- 1 Pimiento rojo cortado a dados
- 250 gr. de champiñones pequeños

**Preparación:**

Dorar los trozos de pollo en la cucharada de aceite, añadir la cebolla y el ajo y dorarlos durante 4 minutos más. Entonces añadir la harina y dorarla también. Añadir el caldo y el puré de tomate, diluyendo la harina. Mezclar bien y añadir el vino y las hierbas. Salpimentar al gusto y dejar cocer durante 45 minutos a fuego lento. Añadir los pimientos y los champiñones y dejarlos cocer 15 minutos más.

FUENTE: JACKSON, B. (2003): *Turkish cooking*. Quantum books. Londres