

Lomito de caballa al horno con puré de zanahoria, batata y mojo canario

Atlas gastronómico de la pesca en Canarias



Receta: Jesús González. *Coordinador científico:* José Antonio González.
Realización: Yuri Millares. *Fotografía:* Tato Gonçalves.

“En mi trabajo tiene que haber una relación directa con la gastronomía canaria, con lo que son las raíces, y luego todo lo demás es creatividad. Por ejemplo, este plato de caballa ayer no sabía cómo lo iba a hacer. Anoche empecé a darle vueltas y a las seis de la mañana te despiertas y se te aclara todo”, dice Jesús González, jefe de cocina del hotel Las Madrigueras en Playa de las Américas (Tenerife).

■ INGREDIENTES/ración

–1 caballa
–1 batata rojiza
–1 bubango
–ajo

–aceite de oliva
–bouquet de hierbas
frescas para adornar

Para el mojo canario

–0,5 litros de aceite de
semillas
–5 dientes de ajo
–10 cl de vinagre de vino
–1 g de cominos
–5 g de pimentón picante
–sal

Para el puré de zanahorias

–250 g de zanahoria
–un trocito de jengibre (20
g)
–4 dl de nata
–sal

*Para el jugo de hierbas y
cilantro*

–0,25 litros de agua
–sal
–1 manojo de perejil
–medio manojo de cilantro
–1 diente de ajo

Para el puré de papas

–0,5 kg de papas

–agua

–sal fina

–nata

–mantequilla

–pimienta blanca

–nuez moscada

Para las rocas de cominos

–85 g de harina de
almendra

–125 g de clara de huevo

–80 g de yema de huevo

–30 g de harina

–15 g de comino molido

■ PREPARACIÓN

Mojo canario

–En un recipiente cubierto con agua colocamos cinco pimientos palmeras secas, sin pepitas, durante 24 horas para que se hidraten.

–Escurremos las pimientos palmeras y las trituramos con el resto de ingredientes muy fino.

Puré de zanahorias

–Cocinamos todo junto. Después, sacar las zanahorias y trituramos muy fino. Reservar.

Jugo de hierbas y cilantro

–Ponemos a hervir el agua en un caldero, introducimos el resto de ingredientes durante 1 minuto, sacamos y triturar con un poco del agua de la cocción en Thermomix. Colamos y enfriamos muy rápido. Reservar.

Puré de papas

–Cocinamos las papas con agua y sal fina de forma tradicional.
–Escurremos el agua y añadir un poco de nata, un trocito de mantequilla, pimienta blanca y nuez moscada con el caldero sobre el fuego. Trituramos y reservamos.

Rocas de cominos

–Trituramos todo en Thermomix, colamos y rellenamos sifón de medio litro con dos cargas.
–A un vaso de plástico (como los de cerveza) le hacemos tres cortes pequeños en la base, rellenamos la mitad con la masa del sifón y ponemos en el microondas al nº 2 (puede variar, hacer antes pruebas). Una vez hecho los sacamos del vaso y rompemos en forma de piedras y dejar secar encima del horno.

Acabado y presentación

–Cortamos el bubango en forma de media luna y cocinamos en agua y sal.
–Cocinamos la batata en agua, pelamos y cortamos en dados.
–Cortamos láminas muy finas de ajo y las freímos en abundante aceite caliente.
–Fileteamos la caballa, sazonamos y marcar por la parte de la piel. La untamos con la pulpa del mojo canario y la horneamos dejándola poco hecha.
–Disponemos todos los elementos de la receta como en la foto.

Interreg
Fondo Europeo de Desarrollo Regional



MAC 2014-2020
Cooperación Territorial



UNIVERSIDAD DE LAS PALMAS
DE GRAN CANARIA



**Instituto Universitario de
Investigación Social y Turismo**
Universidad de La Laguna