

# Vieja con salsa de cangrejo blanco y lapas, puré rústico de calabaza y bolitas de gofio con bechamel

*Atlas gastronómico de la pesca en Canarias*



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

“La salsa con cangrejo la tenía en mente y todavía no la había combinado, así que se me ocurrió hacerla con la vieja. Va perfecta una con la otra: al ser el cangrejo alimento de la vieja, la receta encajaba perfectamente —explica Jesús González, jefe de cocina del hotel Las Madrigueras en Playa de las Américas (Tenerife)—. También lleva un poco de calabaza, que es muy típico nuestro. Es un plato que encierra mucho lo que es la cocina canaria”.

## ■ INGREDIENTES/4 p.

—2 viejas

—lapas

*Para el puré rústico de calabaza*

—0,5 kg de calabaza

—aceite de oliva

—agua

—unas ramitas de romero,  
salvia y albahaca

—5 dientes de ajo

—sal y pimienta

*Para la salsa de cangrejo blanco*

—6 cangrejos blancos

—agua

—sal

—unas hojas de laurel

—nata

—aceite de oliva

*Para las perlas de gofio*

—0,25 kg de gofio

—20 cl de agua

—5 g de frutos secos  
finamente picados  
(almendras y nueces)

—15 g de pasas finamente  
picadas

—25 g de miel

—sal

*Para las papas negras*

*arrugadas*

—0,5 kg de papas negras

—0,2 kg de sal gruesa

*Para la bechamel*

—0,5 litros de leche entera

—60 g de mantequilla.

—60 g de harina

—sal fina

—nuez moscada

—pimienta blanca

—3 g de agar-agar

*Para el mojo de pimienta verde*

—25 cl de aceite de oliva  
suave

—10 cl de vinagre macho

—1 pimienta verde sin

pepitas

—1 trocito de igual tamaño  
de pimiento verde

—unas hojas de perejil

—1 diente de ajo

—sal fina

## ■ PREPARACIÓN

—Escamamos y fileteamos la vieja. Reservar.

—Ponemos las lapas en un caldero, las cubrimos con agua y las guisamos. Reservar.

*Puré rústico de calabaza*

–En un recipiente para el horno con un poco de agua ponemos la calabaza, un chorrito de aceite de oliva, romero, salvia, albahaca y el ajo. Salpimentamos al gusto, tapamos con papel de aluminio y ponemos Al horno hasta que esté cocida.

#### *Salsa de cangrejo blanco*

- Hacemos un bisque (una crema de crustáceos) cocinando los cangrejos blancos en agua que los cubra, sal y unas hojas de laurel.
- Una vez cocidos, apartamos del fuego y reservamos el caldo resultante.
- En un caldero con un poco de aceite tostamos los cangrejos, que golpeamos con un mazo para romperlos y que suelten su jugo.
- Añadimos un poco del caldo de los cangrejos, cocinamos y refinamos con un poco de nata. Reducimos, colamos y reservamos.

#### *Perlas de gofio*

- Ponemos los ingredientes en un bol y amasamos, formando pequeñas bolitas y reservamos.

#### *Papas negras arrugadas*

- Lavamos bien las papas negras y las ponemos a cocinar con la sal y agua que las cubra.

#### *Bechamel*

- Mientras calentamos la leche, en un cazo fundimos la mantequilla, añadimos la harina y revolvemos lentamente, hasta que estén bien integrados.
- Añadimos la leche caliente y cocinamos durante unos minutos. Colamos en otro caldero y añadimos el agar-agar. Hervimos unos minutos para que actúe y retiramos del fuego.
- Cuando esté templada, bañamos las bolitas de gofio en la bechamel y reservamos.

#### *Mojo de pimienta verde*

- Trituramos los ingredientes y reservamos

#### *Acabado y presentación*

- Colocamos en un plato los trocitos de calabaza; encima, los lomos de vieja bien fritos por la parte de la piel y las patas de cangrejo peladas. A los lados, la papa arrugada y las perlas de gofio. Servimos un poco de aceite de pimienta verde por encima y, finalmente, salsear.



MAC 2014-2020  
Cooperación Territorial



UNIVERSIDAD DE LAS PALMAS  
DE GRAN CANARIA



Instituto Universitario de  
Investigación Social y Turismo  
Universidad de La Laguna