



Pastel de papa con pino de cochayuyo

Ingredientes

- 500 gr cochayuyo
- 1 cebolla grande cortada en brunoise (cubitos)
- 1 zanahoria grande cortada en brunoise
- ½ pimentón cortado en brunoise
- 1 kilo de papas
- 100 ml de leche
- 2 huevos duros
- 50 gr de aceitunas
- Sal, pimienta, ajo en polvo, orégano, ají color... y especias a gusto
- Aceite y mantequilla

Preparación

- Hidratar y cocinar el cochayuyo. A la par, cocinar las papas a punto puré.
- Cortar nuestras verduras. Mientras hervir los huevos por 6 minutos.
- En un sartén sofreír las verduras y sazonarlas a gusto. Agregar el cochayuyo, rehidratado y cocido, cortado en brunoise. Rectificar sabor, cortar fuego y reservar.
- Dos formas para las papas, puede ser un puré rústico con piel o, pelarlas y obtener un puré liso. Machacar y agregar la leche y la mantequilla.
- En nuestras fuentes armar los pasteles disponiendo nuestro pino, huevos cortados a la mitad o cuartos, las aceitunas y luego cubrir con nuestro puré. Llevar al horno por 25 minutos a 200°C o hasta que dore nuestra cubierta.

Galletas de jengibre y harina de chicoria de mar

Ingredientes

- 1 ½ taza de harina sin polvos
- ½ cucharadita de polvos de hornear
- ½ taza de azúcar flor
- 1 huevo
- 125 g de mantequilla
- 1 cucharada de jengibre
- 1 cucharada de harina de chicoria de mar

Preparación

- Bata una parte del azúcar con la mantequilla hasta que quede como espuma
- agregue la yema
- Bata las claras a nieve y júntala el batido anterior
- Mezcle la harina con el azúcar flor, el jengibre y la chicoria de mar restante e incorpore de a poco al batido.
- forme una masa blanda y extiéndala sobre una cubierta enharinada o sobre dos hojas de papel de hornear
- corte las galletas delgadas.
- Llévelas al refrigerador por 15 minutos
- Precaliente el horno a 180° C y hornee por 8 minutos aproximadamente.

Pan de soda con Sazonador algal

Ingredientes

- 245 gr de Harina integral
- 15 gr de harina sin polvos de hornear
- 3 cucharaditas de polvos de hornear
- 280-300 gr de agua
- 35 gr de miel
- 7 gr de sal
- 10 gr de sazonador algal

Preparación

- Calienta el horno a 220°C. Aceita el molde y enharina.
- Mezcla bien todos los ingredientes en un bol con la ayuda de la mano; debes obtener algo parecido a un barro.
- Cuando la preparación quede homogénea, vierte en el molde. Esparce la harina sobre la mezcla.
- Hornea por 40 minutos, si se dora mucho pon papel aluminio sobre el molde. Una vez transcurrido el tiempo de cocción, sácalo del molde para dejar que se asiente y se enfríe un poco.

Camarones en bisque con sazonador algal

Ingredientes

- 250 gr de camarón
- ½ cebolla, ½ zanahoria, un tallo de apio un vaso pequeño de vino blanco
- 2 puñados de pan y 1 cucharada de perejil picado
- ralladura de limón

- 3 cucharadas de mantequilla sin sal, sal, pimienta, 1 cucharadita de sazonador algal y ajo en polvo

Preparación

- Pelamos nuestros camarones, reservamos los camarones y las cáscaras las disponemos en una olla junto con la cebolla, la zanahoria y el apio. Los salteamos unos segundos y apagamos con vino, dejamos que evapore el alcohol y agregamos agua fría. Dejamos hervir por 30 minutos.
- Una vez listo triturar y filtrar. Reservar.
- En un bol sazonar los camarones con las especias y algas
- Llevar al sartén, saltear a fuego fuerte, agregar el bisque, el pan rallado, el perejil y dar punto de hervor, finalmente agregar la ralladura de limón y disfrutar.

Pan con masa vieja

Ingredientes

- 100 gr de masa vieja
- 500 gr de harina sin polvos
- 325-340 gr de agua
- 10 gr de sal
- 10 gr de lechuga de mar deshidratada
- 4 gr de levadura seca

Preparación

- 3 días antes, hacer una mezcla de $\frac{3}{4}$ tazas de harina y $\frac{1}{4}$ de agua. Mezclar bien y dejar tapado con alusa plástica en el refrigerador dentro de un recipiente.
- Mezclar todos los ingredientes menos la sal, con la masa vieja La masa debe quedar ligeramente esponjosa, si no se adhiere a las manos añade un poco más de agua. Déjalos reposar media hora.
- Transcurrida la media hora incorpora la sal en forma de lluvia y amasa. Enharina el mesón, y comienza a amasar y doblar la masa una y otra vez por 10 minutos seguidos o puedes amasar en 3 intervalos de 1 minuto y dejar reposar por 5 minutos la masa y luego un minuto más y así hasta completar los 3 intervalos. La masa tiene que quedar suave y sedosa.
- Unta un bol con un poco de aceite y deja fermentar la masa 2 horas (todo dependerá de la temperatura del lugar, hasta que la masa se haya hinchado lo suficiente y esté fofo).
- Con suavidad saca la masa del bol con la ayuda de un mezquino y deposítala sobre el mesón enharinado. Haz un nudo en la parte superior de la masa y déjala reposar media hora más.
- Cuando hayan pasado 15 minutos, prende el horno y pre calienta a 250°C con un molde de queque, una olla de greda, o una olla de fierro dentro. Si tienen tapa, con tapa. Ya transcurrida la media hora con ayuda agarra ollas o paño seco, dispón el recipiente en la puerta del horno abierta, pon la masa dentro del recipiente rápido y de golpe con el nudo hacia arriba. Tápalo, si no tuviese tapa en el caso del molde

queque redondo, ponle alusa metálica. 15 minutos con la tapa, luego retírala y 50-55 minutos a 200°C. Una vez lista la cocción saca el pan y ponlo a enfriar en una rejilla.

Queque de yogurt y Luche (Porphyra sp. Pyropia sp.)

Ingredientes

- 1 yogurt de 155g
- 4 huevos
- 2 medidas de envase de yogurt (medida) de azúcar
- 1 (medida) de aceite vegetal
- 3 (medida) de harina sin polvos de hornear
- 2 cucharaditas de polvos de hornear
- ralladura de limón
- una pizca de sal
- 20 gr de Luche

Preparación

Pre calentar el horno a 180° C.

Batir las yemas junto con el azúcar, hasta que estén esponjosas. Sin dejar de batir agregar el aceite y el yogurt.

Cernir la harina, los polvos de hornear y la sal juntos; agregar poco a poco a la mezcla anterior

Agregar la ralladura de limón y el luche

Batir las claras de nieve e incorporar, parte por parte de forma envolvente a la mezcla.

Llevar al molde aceitado o con papel mantequilla.

Hornear por 40-50 minutos, dependiendo del horno.
Retirar y dejar enfriar.

Pebre de pimentones y chicoria de mar

Ingredientes

- 1 pimentón verde
- 1 pimentón amarillo
- 1 pimentón rojo
- 1 cebolla morada
- 1 cebolla blanca
- 4 dientes de ajo
- 1 cebollín
- cilantro
- chicoria de mar
- perejil
- laurel
- Sal de mar
- pimienta negra
- tomillo
- aceite de oliva (1 taza por frasco)
- 1 frasco esterilizado

Preparación

- Picar todos los vegetales en cubitos pequeños y las hojas de cilantro y perejil muy finitas. Mezclar todo y salpimentar
- Esterilizar los frascos (350 ml) agregar el laurel, verter la mezcla y el aceite de oliva hasta cubrir todo. Tapar y refrigerar. Puede servirse caliente o frío. Su duración es de 6 semanas .

Torta de piña y algas confitadas

Ingredientes

- Bizcochuelo:
- 6 huevos
- 6 cucharadas de azúcar flor colmadas
- 6 cucharadas de chuño colmadas
- 3 cucharadas de harina sin polvos colmadas
- 1 cucharadita de polvos de hornear
- Relleno:
- ½ litro de crema vegetal
- 2 claras
- 1 tarro de piña
- 100 gr de algas confitadas
- 100 gr de coco laminado

Preparación

- Bata las claras a nieve, agrégueles la mitad del azúcar flor y bata las yemas a rubans con la otra mitad. Incorpore de forma envolvente.
- De la misma forma y en forma de lluvia agregar los ingredientes secos. delicadamente y de forma envolvente.
- Hornee por 50 minutos a 180° C, en un molde engrasado y enharinado. Dejar enfriar
- Para el relleno. Bata la crema; cuando empiece a espesar, agregue el azúcar, incorporar de a poco y agregue las claras batidas a nieve; siga batiendo hasta que la crema espese y forme un dibujo que no se corra.
- Parte el bizcochuelo en 5 o 6 hojas. Remoje una hoja con el jugo de piña agregar la crema, sobre ésta las piñas cortadas y cubra con otra hoja. Repita hasta terminar. Cubrir con el resto de la crema. Decorar a gusto.
- Para nuestras algas confitadas hacer un caramelo pasar nuestras algas con delicadeza, disponerlas sobre papel de hornear hasta que se enfríen y luego utilizarlas para decoración.

Pan pita con carola deshidratada

Ingredientes

375 gr de Harina sin polvos

25 gr de harina integral

250 gr de agua

10 gr de azúcar

5 gr de sal

5 gr de levadura seca

Preparación

- Mezcla todos los ingredientes hasta obtener una masa que se adhiera a tus manos solo los primeros momentos de la mezcla. Déjala reposar 15 minutos y amásala sobre la mesa. Tendría que dejarse amasar fácilmente. Pliéjala sobre sí misma y hazla rodar una otra vez sobre la mesa durante 5 minutos.
- Déjala reposar por media hora. Divídela en porciones de 80 grs aproximadamente (deberían salir 8 bolas apróx). Boléalas un poco haciéndolas girar rápidamente en un eje imaginario y estíralas con el uslero hasta que midan 15 cm aproximadamente de diámetro.
- Precalienta el horno a 250°C con la bandeja metálica dentro. Mientras deja fermentar por 15 minutos las pitas dispuestas de 4 en 4 sobre papel de hornear. Transcurrido este tiempo ponlas en la bandeja, al cabo de un minuto ya empiezan a inflarse al cabo de 2 minutos o menos voltéalas y para que se cocinen homogéneamente y no se quemen. Repite la acción con todas. Al retirar reservalas en un paño para que se conserven tiernas y húmedas. Cuidado con la manipulación ya que sueltan vapor de agua.

Pickle de pepinos y carola

Ingredientes

- 500 g de pepinos firmes y no tan grandes
- 500 g de carola
- 2 tazas de vinagre de manzana
- 2 tazas de agua hervida tibia
- 3 cucharadas de sal
- 5 cucharadas de azúcar
- 2 cucharadas de mostaza en granos
- 1 cucharada de granos de pimienta negra
- 5 dientes de ajo laminados
- 1 clavo de olor
- 1 ají cacho de cabra o el que más les guste
- ½ cucharadita de curcuma
- 1 cucharadita de semillas de hinojo
- 1 cucharadita de semillas de cilantro
- 1 cucharadita de eneldo seco
- 1 hoja de laurel

Preparación

- Hidratar y limpiar las hojas de carola.
- Cortar los pepinos en rodajas delgadas y blanquearlos 20 segundos en agua hirviendo. Sacar y cortar cocción con agua fría. Repetir el blanqueado con el alga seleccionada.
- En un bol mezclar los ingredientes del aliño, dejar reposar unos minutos para que se asiente el sabor.
- En frascos esterilizados disponer las rodajas de pepino y las algas. Llenar con el aliño líquido, procurando dejar algunas semillas y trozos de ají, ajo y laurel en cada frasco, hasta llegar al cuello, tapar y voltear para crear vacío.

Pan sencillo sin amasado (decoración algal)

Ingredientes

- 475 gr de harina sin polvos
- 25 gr harina integral
- 330 gr de agua
- 10 gr de sal
- 5 gr de levadura seca
- mezcla de algas deshidratadas

Preparación

- 1.- En el bol que vamos a utilizar mezcla el agua, la harina integral y la levadura. Deja que se active se hará una especie de espuma.
- 2.- Mezcla todos los ingredientes con una mano enérgicamente y con la otra manteniéndola limpia sujetamos el bol. La masa quedará pegajosa; si no lo está agrega un poco más de agua. Deja reposar por 5 minutos y luego dóblala. Para ello, toma la masa con su mano como si fuese una pala, estírala con cuidado y dóblala sobre sí misma.
- 3.- Cubre el bol con alusa plástica para que la masa no se seque cuando esté en el refrigerador de un día para otro. Si por algún motivo no ha crecido nada déjala a temperatura ambiente por una hora.
- 4.- Con cuidado, da la vuelta a la masa sobre el mesón enharinado y con delicadeza forma un rectángulo. Corta dos piezas del mismo tamaño.
- 5.- Para decorar con las algas, con tus manos húmedas pásalas por encima de las piezas, seca tus manos y luego en forma de lluvia esparce las algas.
- 6.- Dispón las piezas sobre la bandeja del horno enharinado o sobre un papel de hornear, con delicadeza tuerce las piezas y déjalas fermentar 2 horas.
- 7.- Precalienta el horno a 250° C. Ya con las piezas en el horno entremedio de éstas, en un recipiente para el horno vacía 200 ml de agua caliente. Transcurridos 10 minutos saca el recipiente y baja la temperatura a 200° C y continúa la cocción por 25 minutos más. Apaga el horno y deja puerta entreabierta para que descansen 20 minutos en el interior.

Rosca aromatizada con pesto de Carola de mar

Ingredientes

- 300 g de harina sin polvos
- 10 g de levadura instantánea
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharadita de azúcar
- 100 ml de agua tibia
- 1 cucharadita de sal

Preparación

- Disponer la harina en un bol, hacer un surco y agregar el agua, levadura y un toque de azúcar. Dejar activar por unos 8 minutos.
- Coronar con sal, agregar el aceite de oliva y comenzar a unir todo. Trabajar la masa por 10 minutos y dejar reposar por 1 hora o hasta que doble su tamaño.
- Transcurrido este tiempo, amasar por 2 minutos y estirar en un rectángulo. Pintar con pesto, salsa de aceitunas; hierbas en aceite de oliva; cebollas asadas y pasas corintio; etc.
- Cerrar en forma de cilindro, llevar a una lata de horno; hacer un círculo, cortar hasta 2 cm antes del borde interior cada 5 cm aprox. Estire cada corte y doble hacia dentro por la parte inferior, rociar con agua y cubrir con paño, o cubra con paño húmedo por 30 a 45 minutos y luego llevar a 190° C por 30-40 minutos.

