



TARTA TATÍN

INGREDIENTES (Para 6 personas):

Para la masa:

- 200g de harina fina
- 100g de mantequilla blanda
- 1 cucharada sopera de aceite fino
- 2 cucharaditas (de café) de azúcar
- ½ cucharaditas (de café) de sal
- ½ vaso (de los de vino) de agua templada

Para el caramelo:

- 100g de azúcar
- 3 cucharadas soperas de agua
- 1 cucharadita (de café) de zumo de limón

Para las manzanas:

- ½ Kg de Manzana Golden o Reineta
- 2 cucharadas soperas de azúcar
- 20g de mantequilla

PREPARACIÓN:

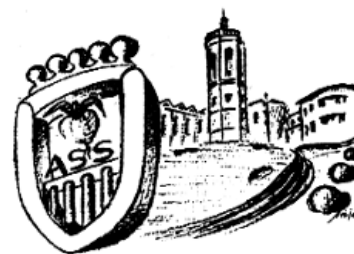
1. Hacer la masa. Poner en la mesa harina por encima, y poner en trozos la mantequilla, verter el aceite, espolvorear el azúcar y la sal. Empezar a mezclar y agregar agua (la cantidad depende de la clase de harina). No amasar demasiado, lo justo para que se mezclen los ingredientes. Formar una bola y dejar reposar.

2. En el mismo molde que se ponga en el horno, hacer el caramelo calentando el azúcar con el agua y el zumo de limón, hasta que esté dorado. Dejarlo enfriar completamente. Bañar todas las paredes del molde.

3. Poner las manzanas peladas, cortadas en 4 y cada cuarto en gajos gruesos. Una vez colocadas todas las manzanas espolvorearlas con el azúcar y decorar con mantequilla.

4. Estirar la masa, dándole la forma del molde y colocar las manzanas por encima, sin aplastarlas y colocándolas bien por los lados del molde.

5. Calentar el horno durante 10 minutos antes. Poner la tarta y dejarla 45" hasta que se vea bien dorada. Sacarla y volcarla rápidamente en una fuente, para que el caramelo no se enfríe.



ASSOCIACIÓ
de
SORDS
de
SABADELL

Escola Pia, 26- Tel y Fax: 93.725.75.68



A cargo de: Mercedes Ferrer



ENSALADA DE JUDÍAS VERDES Y QUESO

INGREDIENTES

- 500g de judías Bobby (la más delgada)
- 100g de queso de cabra (de rulo)
- 100g de queso parmesano (en un trozo)
- 50g de jamón serrano
- Pasas sin hueso
- Piñones

Para la vinagreta:

- 150 ml de aceite
- 50 ml de vinagre de Módena
- 2 cucharadas de miel
- 1 cucharada de mostaza
- sal

Preparación de la vinagreta de miel:

Mezclar en el recipiente todos los ingredientes de la vinagreta y remover enérgicamente hasta que se quede una mezcla homogénea.

Preparación de la ensalada:

1. Limpiar las judías
2. Cocer las judías en agua hirviendo con sal. Escurrirlas y enfriarlas en un recipiente con agua muy fría o con cubitos, consiguiendo un color verde más vistoso.
3. Una vez frías, volver a escurrirlas.
4. En un recipiente mezclar las judías con el jamón cortado en tiras, el queso de cabra desmenuzado y poner un puñado de piñones y otro de pasas.
5. Añadir la vinagreta y remover bien.
6. Montar cada plato sirviendo las judías y decorando con virutas del queso parmesano, utilizando un pelador de patatas.



PASTEL CAPRICHOSO

INGREDIENTES (Para 4 personas. 40". 287 CAL)

- 1 calabacín y ½
- ½ puerro
- 1 cebolla tierna
- 2 dientes de ajo
- 1 zanahoria
- 12 colas de gambas
- 4 huevos
- 100 ml de leche evaporada
- Sal y pimienta
- 2 ramitas de perejil
- 100 ml de aceite de oliva + 2 cucharadas

Elaboración:

1. Batir el perejil con el aceite hasta que quede una textura fina. Picar la cebolla, el puerro y el ajo. Rallar la cebolla y un calabacín.
2. Saltear las gambas en una cazuela con 2 cucharadas de aceite
3. Aprovechando el aceite de las gambas saltear la cebolla, el puerro y el ajo. Cuando esté dorados añadir la zanahoria. Cocer durante 2 minutos e incorporar el calabacín, sal y pimienta y retirar.
4. Batir los huevos con la leche evaporada y una pizca de sal. Mezclarlo con las verduras y las gambas.
5. Rellenar un molde y cocerlo todo al baño maría en el horno a 180º, hasta que esté cuajado.
6. Cortar el medio calabacín restante en juliana i saltearlo con el aceite de perejil.
7. Servir el pastel con el calabacín en juliana por encima.