

Guía Gastronómica de la provincia de Palencia



DIPUTACIÓN DE PALENCIA

Guía Gastronómica de la Provincia de Palencia

Edita: DIPUTACIÓN DE PALENCIA

Palencia, noviembre 2007

La Diputación de Palencia agradece a los siguientes cocineros su participación en la elaboración de las recetas de esta guía:

*Ángel Cortés
"El Cortés" (Aguilar de Campoo)*

*Ángel Fierro
"Estrella del Bajo Carrión" (Villoldo)*

*Carlos Martínez
"Chapó" (Palencia)*

*Fernando Cimadevilla
y Juan Carlos San José
"La Rosario" (Palencia)*

*Lucio Pastor
"Casa Lucio" (Palencia)*

*Ignacio Moral
"El Convento" (Santa María de Mave)*

*Steven Liébana
El Arambol de la Casa del Abad"
(Ampudia)*

*Fausto Alonso Ramírez
Cocinero – Restaurador*

Textos: Fernando Franco Jubete
Dr. Ingeniero Agrónomo

Fotografías: Javier Ayarza
Merche de la Fuente

Diseño: eMeDeCe

Impreso en España

Dep. Legal: P-346/2007

Productos de origen Vegetal



Cebolla de Palenzuela

Nombre del producto: *Allium cepa* (cebolla). Variedad Ocal

Época de producción: Verano-otoño

Zona de producción: Huertas de los ríos Arlanza, Pisuerga y Carrión



Uno de los productos hortícolas más tradicionales son las cebollas de verano-otoño, utilizadas tanto para el consumo doméstico cotidiano, como para la elaboración de las morcillas de cebolla típicamente palentinas. Obtenidas a partir de la propia semilla, conservada por los horticultores eligiendo los mejores bulbos, sembrada en semilleros protegidos al final del invierno, se trasplantan a lo largo de la primavera para disponer de cebollas durante el verano y el otoño, hasta la llegada de las primeras heladas y el comienzo de las matanzas. El gran tamaño del bulbo, de hasta 30 cm. de diámetro y 600-700 gramos de peso, permite un gran rendimiento al pelado y de aquí su evolución como cebolla matancera por excelencia. Pero, el progresivo abandono de las matanzas domiciliarias y de la elaboración casera de morcillas, ha provocado el abandono del cultivo. Sin embargo, su gran calidad con unas gruesas capas carnosas, muy jugosas, de un color blanco amarillento, con un sabor ligeramente dulce de una acusada suavidad al paladar, aconsejan su recuperación, caracterización y conservación, tarea que ha iniciado el Centro Tecnológico ITA-GRA, para promover su cultivo.

Guisantes de Palencia

Nombre del producto: *Pisum sativum* (guisantes) Numerosas variedades

Época de producción: Primavera

Zona de producción: Huertas de toda la provincia de Palencia

Los guisantes de Palencia son uno de los productos hortícolas



genéricos, sin procedencia ni variedad ni técnica de cultivo concretas, más valorados en la gastronomía palentina y, sin embargo, con menor consistencia y respaldo técnico que justifiquen dicha valoración. Su calidad sólo se basa en la difícil y extrema climatología y en su recolección precoz, algo que puede realizarse igualmente en otras muchas zonas geográficas españolas. El horticultor palentino no ha acostumbrado a conservar sus variedades de guisantes y ha recurrido año tras año a la variedad ofrecida en la tienda de semillas, constantemente cambiante. Por ello, el secreto del guisante de Palencia es su lento crecimiento, en las frías primaveras, y su recolección manual cotidiana, en pleno proceso de formación del grano y acumulación de jugos, antes de que alcance su máximo grosor y “se pongan ceroños”, duros, hollejudos y ligeramente amargos. Su secreto es el infantilismo vegetal, que tan buenos resultados nos da en la gastronomía animal (lechazo, cochinitillo, palomino) de nuestra tierra: inmaduros, pequeños, jugosos, muy dulces y con un finísimo hollejo apenas perceptible. Deliciosos en crudo (aunque ya no “los corran” los niños, ahitos de chucherías multicolores) y más deliciosos aún ligeramente guisados con un sofrito de cebolla de Palenzuela y un huevo escalfado sobre ellos.

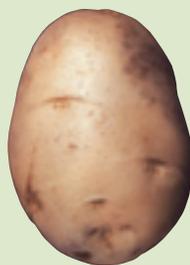
Patata de la Ojeda y la Valdivia

Nombre del producto: *Solanum tuberosum* (patata). Numerosas variedades

Época de producción: Otoño

Zona de producción: Comarcas de La Ojeda y La Valdivia

El secreto de su calidad es la zona de producción en el norte palentino, con unas características edafoclimáticas idóneas para el cultivo de la patata en secano: suelos ligeramente ácidos, frío primaveral y ambiente húmedo con lluvias en verano. Poco adecuado para la proliferación de plagas y enfermedades, en particular de los



pulgones transmisores de las virosis degenerativas. Por ello, es una de las zonas autorizadas de producción de patata de siembra en España y por ello, también, se obtiene una patata de consumo de excelente calidad, con independencia de la variedad utilizada y de su adecuación al tratamiento culinario: frita o cocida. La lentísima evolución del cultivo en un habitat idóneo provocan una concentración de sabores y una calidad textural que las hacen incomparables a las patatas de otras procedencias, dominadas por el regadío, el crecimiento rápido y la precocidad de la cosecha.

Pimiento de Torquemada

Nombre del producto:
Capsicum annuum (pimiento) Variedad Torquemada

Época de producción: Fin del Verano-Otoño

Zona de producción: Huertas de la comarca de El Cerrato palentino



El pimiento de Torquemada es el producto más emblemático de la huerta palentina y el que más claramente se asienta en una realidad autóctona específica, fundamentada en una variedad genuinamente palentina, de una calidad excepcional por su carne gruesa y consistente, su suave textura y su sabor intenso y ligeramente dulce. Su forma achatada, con cuatro morros o gajos y su coloración anaranjado rojiza, lo hacen inconfundible frente a los pimientos del Bierzo, Benavente o Fresno, más alargados y estrechos y de carne menos gruesa y consistente.

A estos rasgos específicos se une el proceso de elaboración, asados directamente sobre las brasas sin permitir que se quemé la piel, depositados en un recipiente cerrado para completar su cocción y, una vez fríos, pelados a mano y listos para consumir con su jugo, con un breve sofrito de ajos con aceite de oliva virgen o para conservarlos congelados al vacío. Mejor que embotados y esterilizados al baño maría, que provoca una sobrecocción, o que asados al horno, que los deshidrata, perdiendo consistencia y jugosidad. Aunque el desinterés de los jóvenes cerrateños por la horticultura hacen peligrar su futuro, es indispensable caracterizar y conservar la variedad y proteger su cultivo mediante una Indicación Geográfica Protegida que nos asegure su sostenimiento.

Ajubias de Saldaña

Nombre del producto: *Phaseolus vulgaris* (alubia). Nuevas

Época de producción: Otoño

Zona de producción: Vega de Saldaña



La reciente recuperación del cultivo de la alubia en la Vega de Saldaña, a través del programa de desarrollo rural PRODER y de la empresa LEGUMINOR, así como de las nuevas variedades seleccionadas y mejoradas por el Servicio de Investigación Agraria de la Junta de Castilla y León, es el único ejemplo satisfactorio de evolución positiva del cultivo de las legumbres en Palencia. Los ensayos realizados por el citado servicio han demostrado que la Vega de Saldaña es una de las zonas más idóneas de Castilla y León para cultivar legumbres y, en particular, alubias. La excepcional calidad obtenida con cualquier variedad supera a la obtenida en zonas más reconocidas y prestigiosas. Aunque el cultivo se haya recuperado con nuevas variedades mejoradas, ya que las autóctonas habían desaparecido, se ha conseguido asegurar su sostenibilidad por su resistencia a enfermedades endémicas y su adaptación a nuevas técnicas de cultivo, respaldadas por una adecuada comercialización. Destaca la alubia blanca por la finura de su hollejo imperceptible con una adecuada cocción, la suave cremosidad de su textura y su sabor necesariamente potente.

Lentejas pardinas de Tierra de Campos

Nombre del producto: *Lens culinaris* (lenteja). Variedad: Pardina

Época de producción: Verano

Zona de producción: Tierra de Campos



La Tierra de Campos es una de las zonas más adecuadas para el cultivo de la lenteja por las idóneas condiciones ambientales en las que se desarrolló y evolucionó.

nó la variedad pardina. Una variedad con múltiples tipos aún no seleccionados, pero con una calidad común cada día más valorada. Su cultivo ha sufrido el abandono por las dificultades de recolección y su escasa valoración comercial que sólo puede defenderse, frente a las lentejas turcas o americanas, con una Indicación Geográfica Protegida que los escasos agricultores que las cultivan no han sabido promover. Por ello, los consumidores debemos adquirir nuestras legumbres, comprobando en el paquete su procedencia que será también una garantía de calidad. Porque la pardina de Tierra de Campos, con su reducido tamaño, su coloración pardo oscura y su buena permeabilidad que permite una cocción corta, manteniendo la piel fina, proporciona un caldo marrón oscuro y espeso y un intenso e inconfundible sabor, que es todo un lujo para el paladar.

Garbanzos de Tierra de Campos

Nombre del producto:
Cicer arietinum (garbanzos). Nuevas Variedades de invierno

Época de producción:
Verano

Zona de producción:
Tierra de Campos

Tradicionalmente la Tierra de Campos ha sido una buena tierra de garbanzos, si exceptuamos las zonas más fuertemente arcillosas, poco permeables y con acumulaciones de sales. Siempre fueron un cultivo practicado por todos los agricultores para asegurar el aprovisionamiento propio, aunque no era necesario sembrarlos todos los años porque los garbanzos, a diferencia de otras legumbres, mejoran con el tiempo de conservación (las alubias empeoran con cada día que pasa). El cultivo habitual de la variedad Castellano, de buena calidad pero muy sensible a la rabia y otras enfermedades, se ha sustituido en la actualidad por nuevas variedades, resistentes al frío y a las enfermedades, y mucho más productivas, pero manteniendo, afortunadamente, la calidad de las variedades tradicionales. Una calidad en la que destaca su corta cocción, su piel fina, su textura suave y pastosa y su intenso sabor.



Setas de Palencia

Nombre del producto: Numerosas especies

Época de producción: Primavera y otoño

Zona de producción: Eriales, montes y bosques de toda la provincia

Palencia es una provincia privilegiada en producción natural de setas por la gran diversidad de sus ecosistemas y la gran riqueza de especies comestibles de magnífica calidad. Sin embargo, a pesar de esta abundantísima riqueza, que se ha valorado por diversos expertos en más seis de millones de euros anuales, su aprovechamiento comercial es muy reducido, aunque recientemente se haya iniciado la veda de determinados territorios. Es indudable que este es el camino, unido a su industrialización conservera, para que las setas originen desarrollo rural en las zonas de producción. Sólo son necesarios promotores que se decidan y un programa de desarrollo que los apoye, para crear una actividad económica nueva que ocupe a las personas que viven en nuestros pueblos. Pero también para que podamos disfrutar, durante todo el año, de las setas de cardo, los niscalos, boletus, amanita de los césaes, la senderilla, la seta del caballero, los perrechicos y tantas otras excelentes especies escasamente aprovechadas. Porque, en los restaurantes palentinos, salvo en la corta temporada de otoño en la que podemos consumir setas frescas palentinas, el resto del año sólo pueden consumirse las cultivadas o las, cada día más frecuentes, conservas de otras latitudes.



Productos de origen Animal



Lechazo Churro

Nombre del producto: Lechazo de Castilla y León de raza churra

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Toda la provincia, pero prioritariamente las Comarcas de Cerrato y Tierra de Campos



Indudablemente es el producto estrella de la gastronomía palentina. Para algunos tratantes, carniceros y maestros asadores el mejor lechazo del mundo es el de raza churra del

Cerrato palentino, aunque ni catadores, ni cocineros, ni gastrónomos encontrasen diferencias entre los lechazos de las razas churra, castellana y ojalada, cuando se creó la Indicación Geográfica Protegida de “Lechazo de Castilla y León”, integrando las tres razas. Pero aunque sea nuestro producto más representativo y hoy no se conciba su consumo más que asado en horno de leña con agua y sal al “estilo Aranda”, no ha sido este un proceso de elaboración históricamente palentino. Aquí se asaba en los hornos panaderos con una buena mano de manteca de cerdo y una abundante ajada con vinagre o vino blanco, demostrativa de que eran corderos con muchas hierbas los consumidos y había que enmascarar su sabor a oveja y lana. En los domicilios, el lechazo se preparaba, y se prepara, entreasado lentamente en cazuela de porcelana, nuestra receta más genuina y sabia. Los restaurantes asadores en tierras palentinas son muy recientes y han sabido adoptar el proceso de asado más sencillo y que más potencia la magnífica calidad de nuestros lechazos churros, alimentados exclusivamente con leche materna, aunque sea un procedimiento de nuestros vecinos burgaleses. Su presentación en cuartos, en cazuela circular, con su ligero tostado característico producido por el manto de grasa externo, con la ternura y jugosidad de su carne sin olo-

res ni sabores intensos propios del ovino viejo, constituyen toda una experiencia gastronómica que, por repetida ya no valoramos como deberíamos.

Carne de Cervera y de la Montaña Palentina

Nombre del producto: Ternera lechal, ternera tradicional y añojo de la raza pardo alpina, limousine o sus cruces en 1ª generación

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Montaña palentina

La marca de garantía de calidad “Carne de Cervera y de la Montaña Palentina”, promovida y gestionada con una plena solvencia técnico-científica por la Asociación CAMPA en la comarca de la Montaña Palentina, ha potenciado el prestigio y la calidad intrínseca de la tradicionalmente denominada “Carne de Cervera” en referencia a una carne respaldada por la calidad de una raza prioritaria, la pardo alpina, una alimentación natural, los prados de la Montaña, y un manejo tradicional, con los animales nueve meses en libertad y los tres meses de invierno en sus alojamientos al resguardo del frío. Un proceso auténticamente ecológico, que los técnicos de CAMPA vigilan, para mantenerlo y asegurar al consumidor un estricto seguimiento de cada animal sacrificado desde su nacimiento hasta el mostrador de la carnicería. Es decir, una perfecta trazabilidad del producto desde antes de que se inventase el término, con motivo de la aparición del problema de las “vacas locas”(que no han existido en la Montaña palentina). Una carne de reducida producción, por treinta socios ganaderos con dos mil cuatrocientas vacas madre censadas y unos mil cien animales sacrificados anualmente, cuya carne se distribuye a través de dieciseis carnicerías y de cinco restaurantes



de nuestra provincia y de Valladolid, con el requisito lógico de la exclusividad en carne de vacuno. Sólo los palentinos y pucelanos, y quienes nos visiten, podemos disfrutar del privilegio de consumir la carne excepcional de Cervera y de la Montaña Palentina cuyas cualidades, además de su seguridad, están en la temprana edad de sacrificio (7 meses la ternera lechal, 10 meses la ternera tradicional y de 10 a 14 meses el añojo) y su idónea infiltración grasa que le proporciona una alta jugosidad y ternura con una textura y un sabor incomparables.

Palominos de Tierra de Campos

Nombre del producto:

Palominos de paloma zurita

Época de producción:

Primavera-Verano

Zona de producción:

Comarca de Tierra de Campos



Los palominos de paloma zurita, semidoméstica o bravía, de los tradicionales palomares de la Tierra de Campos son, probablemente, el alimento menos valorado de nuestra gastronomía, no sólo por su magnífica calidad gastronómica sino, sobre todo, por el excepcional sistema de producción, en las amplias y abiertas llanuras de Tierra de Campos, que ha creado una raza única que no hemos sabido potenciar. Hoy el hundimiento de los palomares y el abandono de los pueblos constituyen una amenaza para el futuro de la paloma zurita tan sólo respaldado por la posible revalorización del palomino y su comercialización a través del matadero de Cuenca de Campos. Los pequeños palominos de zurita (que es como se han denominado siempre y deben denominarse y no pichones, más grandes y lustrosos pero de paloma doméstica) tradicionalmente se contaron, vendieron y consumieron siempre por parejas que es, además, la producción normal de un nidal y constituyen otro de los placeres de nuestra cocina más auténtica. Su preparación más sencilla y perfecta, insuperable, es entreasados con muchos ajos y aceite de oliva virgen, hasta conseguir una salsa casi negra “con lentitud y mucho cuidadillo”, en lenguaje de nuestras abuelas cocineras.

Embutidos de Palencia



Nombre del producto: Chorizo, salchichón, longaniza, lomo

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Toda la provincia

En las tradicionales matanzas domiciliarias las familias palentinas nunca se complicaron la existencia y sólo elaboraban habitualmente chorizos y morcillas. Es difícil encontrar recetas, genuinamente palentinas, de otros productos embutidos en tripa. Quizá por esta razón, del extendido autoconsumo, a lo largo de la reciente historia, no ha existido una industria chacinera palentina importante que respaldase y divulgase las elaboraciones artesanales caseras. Las ocho industrias que actualmente elaboran embutidos en nuestra provincia no han conseguido presentar en el mercado ningún producto que haya trascendido, el consumo cotidiano y correcto, con un prestigio avalado por su calidad excepcional. Un objetivo nada fácil pero que debería constituir un reto para los fabricantes palentinos.

Morcillas de Palencia



Nombre del producto: Morcilla de cebolla de Palencia

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Toda la provincia

En el recetario tradicional palentino la morcilla de cebolla es uno de los productos clave en las matanzas domésticas. Sin embargo, su dificultosa y complicada elaboración, por el largo, lento y penoso (por las lágrimas) proceso de limpieza, picado y fritura de la cebolla, el llenado y atado de la tripa y la cocción de las morcillas, ha provocado el general abandono de la producción casera. Pero, afortunadamente, han surgido once elaboradores artesanales, en diez localidades de la geografía provincial, que están ofreciéndonos unas deliciosas morcillas, elaboradas con las recetas genuinas de cada comarca, muy similares

entre sí, con la cebolla como ingrediente fundamental. Urge su asociación con vistas a crear una marca de “Morcillas de Palencia” porque reúnen condiciones para defender su originalidad. Aunque va en gustos, la morcilla de cebolla palentina, por la suavidad y jugosidad que le confiere la cebolla bien frita en aceite de calidad y su ligero dulzor, originan un bocado excelente, con mejor palatabilidad que la morcilla de arroz burgalesa, tan prestigiada en España.

Cecina y Jamón de Villarramiel



Nombre del producto: Cecina y jamón de equino

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Villarramiel (Palencia)

La cecina de equino de Villarramiel es uno de los productos más específicos de nuestra gastronomía y por ello necesita una marca de garantía que proteja este bien patrimonial auténtico y exclusivo. La reciente incorporación del jamón de caballo, como nuevo producto, da muestra de la activa creatividad de las cuatro empresas elaboradoras establecidas en Villarramiel que garantizan el futuro de ambos productos, a pesar de la reducida cabaña equina de nuestra provincia. Un problema, la indeterminación de la tipología, raza, manejo y alimentación del animal sacrificado, que dificulta e impide la creación de una normativa de defensa que permita potenciar el producto. Todo su valor se fundamenta en el proceso de cuidadosa elaboración de las piezas de carne de equino. A pesar de ello, una cecina de Villarramiel bien curada, servida en finas lonchas, constituye un placer para el paladar con el complemento de su original aroma y su intenso y exclusivo sabor dulzón.

Patés y derivados del pato

Nombre del producto: Foie, patés, mousse de foie gras, confit, Jamón de pato, maigret, mollejas, etc.

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Villamartín de Campos



Vinieron de Francia a establecerse en Villamartín de Campos, en la casa y la tierra de sus ancestros, junto a la gran laguna desecada de La Nava, antaño acogedora de miles de anátidas. Traían conocimientos y tecnología en elaboraciones tradicionales artesanas francesas de los productos derivados del pato. En esa tierra dura y seca de la Tierra de Campos palentina lo crearon todo a partir de la nada: granja de crianza y cebado intensivo de patos, instalaciones industriales para la elaboración de foie, patés, mousse de foie gras, confit, maigret, mollejas, jamón de pato, etc., y unas edificaciones de acogida al visitante con tienda, casa rural, picadero de caballos y restaurante en el que pueden degustarse sus excelentes productos y sus deliciosas y creativas especialidades. Como las codornices confitadas o el paté de lechazo churro que se ha transformado en una especialidad palentina ya imitada. El pleno placer del pato en Palencia consiste en visitarlos de mañana y vivir su presencia en libertad en las lagunas recuperadas de Fuentes de Nava o de Boada de Campos y disfrutar a mediodía sus delicias preparadas por la familia De Prado Giraud en su restaurante de Villamartín. La admirable familia que ha creado SELECTOS DE CASTILLA, S.L. Todo un ejemplo a seguir.

Conservas de Aves

Nombre del producto: Gallo de corral, capón y poularda Confitados, conservas y semiconservas de aves y caza: perdiz, codorniz, liebre, conejo, ciervo, jabalí, pichón, canetón, etc.
Productos de INDUSTRIAS GASTRONÓMICAS CASCAJARES, S.L.



Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Dueñas

Alfonso Jiménez Rodríguez-Vila decidió crear una granja de gallos y capones de corral en 1994, después de vivir en la finca de Zamora de sus padres unas experiencias tradicionales con éxito en dicha producción. Durante unos años vendió gallos y capones frescos a numerosos restaurantes y promovió la recuperación de su producción y consumo en Castilla y León. Con la ayuda de Selectos de Castilla comenzó a producir y comercializar gallo y capón confitado y

escabechado enlatados, bajo su marca registrada CASCAJARES. En 1998 dio el gran salto, con su socio Francisco Iglesias, a la producción y transformación industrial de un conjunto de productos de aves y caza, en diferentes elaboraciones y despieces, en conservas y semiconservas que, actualmente, abarcan unas 250 referencias de productos diferentes. Su destino exclusivo, la hostelería de alta gama y el Club del Gourmet de El Corte Inglés, con productos tan sorprendentes y exclusivos como las crestas de gallo confitadas o los muslitos de codorniz. La actividad de los diez empleados y su tecnología vanguardista no da para más, desafortunadamente, porque también nos gustaría disfrutar de sus productos en nuestras casas. Con razón fueron premiados como jóvenes empresarios de Castilla y León en el año 2001. Otro admirable ejemplo a seguir.

Conservas y Salazones

Nombre del producto:
Conservas de túnidos en aceite y escabeche Filete de anchoa en aceite, salazón de anchoa, boquerón en vinagre. CONSERVAS ELKANO S.A.

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Baltanás
CONSERVAS ELKANO S.A.



La familia Azkue Larrañaga comenzó a producir conservas de pescado en Orio en 1942. Miguel Puertas tuvo que emigrar desde su Baltanás natal al País Vasco como tantos otros palentinos, buscando un empleo que el Cerrato no le podía proporcionar. Tuvo la fortuna de crear una familia con Ana Azkue, trabajar en la empresa familiar y retornar en 1990 a Baltanás, como empresario, para crear Conservas Elkano (¡conservas de pescado en el Cerrato!). Las 32 personas que trabajan en Baltanás, en su mayoría mujeres, que son las que retienen población, elaboran bonito y atún claro, en aceite y escabeche en lata y en aceite de oliva en tarro de cristal.

Nombre del producto: Semiconserva de filete de anchoa en aceite vegetal. CONSERVAS RAMOS S.L..

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Herrera de Pisuerga
CONSERVAS RAMOS S.L.

Antonio Ramos Santamaría emigró a Santoña, desde su Prádanos de Ojeda natal,

donde estuvo trabajando como empleado de banca varios años, quedando enganchado en el mundo del pescado y sus procesos de conservación. En 1927 volvió a Prádanos y montó una pequeña empresa de



salazón de pescado trayéndolo desde el puerto de Laredo. Imagínense las dificultades del transporte, de los procesos, de la comercialización, ¡en 1927 en Prádanos de Ojeda!. Así es que la familia se fue a Laredo durante unos años que fueron decisivos para concretar los productos y los procesos a los que dedicar su actividad industrial y su vida. Pronto regresaron, porque la atracción de la tierra era más fuerte que las dificultades, para establecerse definitivamente en Herrera de Pisuerga, construyendo su fábrica, junto a la carretera de Santander, para elaborar únicamente filete de anchoa del Cantábrico en aceite vegetal, un producto ya clásico de la gastronomía palentina, que todos valoramos por su excelente calidad y su mantenimiento en el tiempo. En la actualidad catorce personas trabajan como fijos discontinuos, porque no todos los días del año entran anchoas en los puertos del Cantábrico, para elaborar unos 90.000 kg anuales de producto fresco que se transforman en unos 25.000 kg de filetes de anchoa enlatados.

Miel

Nombre del producto: Miel, polen y jalea real

Época de producción: Primavera-verano

Zona de producción: Toda la provincia

Son los admirables románticos del sector agroalimentario. Habituales itinerantes con sus colmenas buscando las mejores floraciones y con sus mejores productos elaborados ofreciéndolos por ferias y mercados. Viven en pequeños y recónditos pueblos de la Montaña y la Valdavia palentinas, aferrados a su medio, viviendo intensamente la naturaleza y transformándola, a través de sus abejas, para ofrecérsela en sus sanos y deliciosos productos. Son solamente seis románticos: José Díez en Vallespinoso de Cervera, Rafaela Expósito en Polvorosa de Valdavia, los hermanos Felipe y Pedro García Plaza en Abía de las Torres, Aurelio González en Valberzoso y Roberto Gutierrez en Cezura.



Leche, yogur y cuajada

Nombre del producto: Leche, yogur, cuajada

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Toda la provincia

Cinco de las industrias lácteas palentinas trabajan en el mercado más difícil y competitivo, el de la leche, el yogur y la cuajada, dominado por las grandes multinacionales. Por ello, su única defensa es ofrecer productos originales elaborados con la leche de sus propias ganaderías. Entre estos productos cabe destacar los siguientes: la leche fresca producida por los Padres Cistercienses, desde hace más de cien años, en la Granja San Isidro de Dueñas; la leche entera y pasterizada que producen los ganaderos de vacuno de Cascón de La Nava y comercializa su cooperativa bajo la marca La Nava; la leche entera pasterizada, los yogures y quesos frescos de la S.A.T. Intorcisa que produce a partir de la leche de su explotación de vacuno en Intorcisa de la Vega y los productos más sorprendentes, yogur y cuajada de leche de ovino churro de la propia explotación de Lácteos Delgado, C.B. que comercializa bajo la marca El Majadal.

por ello, su industrialización se fue retrasando, por la inexistencia de métodos adecuados de conservación y las dificultades y lentitud del transporte. Pero muchas de esas familias, inicialmente de ganaderos, acabaron especializándose y se convirtieron en queseros, en auténticas sagas familiares, muchas de ellas originarias de Zamora y en particular del municipio de Villalonso, que se fueron estableciendo en las distintas comarcas de Castilla y León (los Gamazo y los Manzano en nuestra provincia). Este queso característico, en su necesario proceso de curación, por razones sanitarias, va potenciando sus aromas y sabores para transformarse añejado en un queso potente, intenso, perfecto para conseguir que cualquier vino sea una maravilla.

Pero si este tipo de queso es el más representativo de Palencia, la pasteurización y las nuevas tecnologías de fabricación han aportado múltiples variables en los procesos de elaboración y una gran diversidad en la tipología de los quesos producidos que se ha incrementado en los últimos años, tanto por las distintas características de los fabricantes, como por el tipo de leche, su zona de producción, la alimentación del ganado, etc.

Las características de los tres tipos de quesos más frecuentemente elaborados por la práctica totalidad de los veintidós fabricantes, son las siguientes:

Quesos

Nombre del producto: Queso de leche pasterizada de vacuno, ovino y mezcla fresco y de media curación. Queso de leche cruda de oveja de media curación y añejo.

Queso de leche cruda de cabra de media curación.

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Toda la provincia



Es indudable que, el producto más representativo de todos nuestros quesos, es el queso elaborado con leche cruda de oveja churra y cuajo natural con una curación media o larga, que es el queso tradicionalmente elaborado por los pastores, es decir, por las familias de los ganaderos, en un proceso artesanal y cotidiano para el que se disponía de un local y unos sencillos útiles que se mantuvieron hasta bien entrado el siglo XX. Porque la leche es un producto muy perecedero y,

- Queso de mezcla de leche pasterizada de ovino y vacuno semicurado: Corteza blanco amarillenta, pasta prensada semidura y consistente, aromas lácteos y texturas cremosas.
- Queso de leche de oveja pasterizada semicurado: Corteza amarillo pajizo, pasta prensada semidura y consistente, suaves aromas lácteos de ovino, textura firme y compacta mantecosa.
- Queso de leche de oveja cruda añejo o de larga curación: Corteza amarillo rojiza, pasta prensada dura y muy consistente, corte seco, aromas intensos, textura firme y untosa, sabor fuerte e intenso.

Vinos y Aguardientes

Vinos

Nombre del producto: Vino tinto fino joven y crianza. BODEGA SALAS S.A.

Época de producción: Octubre-junio-diciembre

Zona de producción: Dueñas. D.O. Cigales



Bodega histórica creada y mantenida desde el siglo XIX por la familia Salas Jalón, con noventa hectáreas de viñedo propio en el término municipal de Dueñas, dentro de la D.O. Cigales. Es un auténtico museo vivo, digno de admiración y visita, tanto por el mantenimiento de sus procesos tradicionales de elaboración como de su comercialización directa en bodega. Sus vinos son tintos singulares, finos, de bajo color, fáciles de beber y al margen de los cánones actualmente imperantes. Utiliza la marca PS para sus vinos jóvenes en "bag in box" y MEDINAROSALES para sus crianzas embotellados.

Nombre del producto: Vinos rosados y tintos semicrianza y crianza. VITIVINÍCOLA LADRERO S.L.

Época de producción: Octubre-junio-diciembre

Zona de producción: Torquemada (Palencia) D.O. Arlanza



Nació en la campaña 2001 con la vocación de recuperar la tradicional actividad vitivinícola del Cerrato palentino, siendo la primera bodega palentina que ofreció un vino de calidad embotellado. Comercializa bajo la marca EL ERUELO vinos rosados frescos y aromáticos y con la marca LADRERO tintos con semicrianza y crianza tánicos, potentes y equilibrados. Pertenece a Vinos con denominación de origen Arlanza.

Nombre del producto: Vinos rosados y tintos semicrianza y crianza. BODEGA ARAGÓN BENITO, C.B.

Época de producción: Octubre-junio-diciembre

Zona de producción: Castrillo de Don Juan



Venancio Aragón es un veterano agricultor, alma de la pequeña bodega familiar que transforma su propia uva, de siete hectáreas de viñedo, en vinos rosados y tintos con crianza corta, correctos y agradables, que embotella como vinos de mesa con la marca VIÑA VERÓNICA y como Vinos de la Tierra de Castilla y León bajo la marca LAGAR CORRO DEL PALACIO.

Nombre del producto: Vinos rosados y tintos jóvenes. VITIVINÍCOLA TORQUEMADA, S.L.

Época de producción: Octubre-junio

Zona de producción: Torquemada



Creada por un grupo de jóvenes agricultores en 2002, con el objetivo de transformar su uva y recuperar la tradición vitivinícola torquemadeña. Elaboran los típicos claretes cerrateños y tintos jóvenes tradicionales muy fáciles de beber, que embotellan como vinos de mesa bajo la marca VALDESALCE.

Nombre del producto: Vino tinto con crianza corta. HOTELES SUCO, S.A.

Época de producción: Octubre-junio

Zona de producción: Palenzuela. D.O. Arlanza



Fernando Primo, con una gran ilusión, plantó hace seis años quince hectáreas de viñedo tinto fino, en unos idóneos suelos de cascajo del monte de Negredo, que ya han dado sus frutos en forma de un excelente vino tinto de media crianza, que le elaboran y embottellan en la Cooperativa Arlanza, bajo la marca PAGOS DE NEGREDO, reposando en su nave climatizada del Área Suco de Quintana del Puente. Pertenece a Vinos con D.O. Arlanza.

Nombre del producto: Vino tinto con crianza corta. ESPACIOS RURALES, S.L.

Época de producción: Octubre-junio

Zona de producción: Frómista



La ilusión por recuperar las actividades vitivinícolas de sus antepasados en la magnífica bodega subterránea del siglo XVI pulcramente recuperada, ha llevado a Carmelo Serrano a elaborar un vino tinto a partir de uva seleccionada de la Ribera del Duero, ya que en Frómista no existe viñedo. Un excelente vino con los aromas y sabores típicos de la tempranillo, criado en barricas en la bodega subterránea y embottellado con la marca ZARZAVILLA.

Nombre del producto: Vino tinto con crianza. BARRIALBA, S.L.

Época de producción: Octubre-junio

Zona de producción: Venta de Baños



La última bodega que se incorpora a la ilusión de producir un vino es la más singular, por estar ligada a una residencia de la tercera edad en un proyecto de terapia ocupacional. Sus primeros vinos están elaborados por Ladrero y Venancio Aragón y criados en la moderna bodega de Venta de Baños. En 2005 han elaborado su primera cosecha y sale al mercado su primer tinto de crianza con la marca SEÑORÍO DE CÁMARA.

Nombre del producto: Vino tinto joven, roble. BODEGA ESTEBAN ARAUJO

Época de producción: Octubre-junio

Zona de producción: Torquemada. D.O. Arlanza

Empieza a funcionar en el año 2007 con carácter semi-industrial en Torquemada y dentro de la D.O. Arlanza. Producen un tinto joven con la marca EL MONJIO y tienen prevista la elaboración de vinos de crianza.

Aguardientes

Nombre del producto:

Aguardiente de orujo de uva. AGUARDIENTE DONCEL

Época de producción: Octubre-diciembre

Zona de producción: Becerril de Campos

Claudio Doncel Olivares elabora aguardiente de orujo de uva, en su destilería artesanal de Becerril de Campos utilizando métodos tradicionales, que comercializa bajo la marca DONCEL.

Nombre del producto:

Aguardientes de orujo de uva y licores. AGUARDIENTES GONQUI

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Lantadilla

Desde 1934 los González Quijada han elaborado en Lantadilla una amplia gama de productos artesanales a partir del aguardiente destilado en sus antiguas instalaciones. Actualmente elaboran aguardientes y licores, con diversas hierbas e ingredientes, que han dado lugar a numerosas especialidades en muy diversas presentaciones que se comercializan bajo la marca GONQUI.



Repostería



Amarguillos de Villoldo

Nombre del producto: Amarguillos de Villoldo

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Villoldo

A principios del siglo XX, Heriberto Pedrosa comenzó a elaborar los amarguillos, así denominados por la presencia de alguna almendra amarga en la pasta blanda, de consistencia granulosa, de forma redondeada y sabor a almendra, presentados sobre una oblea. Actualmente los sigue elaborando la familia Pedrosa con tal éxito que se han convertido en una especialidad tradicional palentina y son elaborados por numerosos pasteleros.



Es un brazo de gitano recubierto de yema tostada con las marcas superficiales de una parrilla y de apariencia muy atractiva. Textura suave, consistencia blanda y muy agradable.

Postre de "Las Candelas"

Nombre del producto: Postre de las Candelas

Época de producción: 2 de febrero

Zona de producción: Palencia capital

La creación de un postre especial para la celebración de la fiesta local de Las Candelas en honor de la Virgen de la Calle fue acometida por la Asociación de Pasteleros en 1995 y hoy se ha convertido en un producto típico con una gran aceptación. Es un delicioso postre a base de bizcocho y crema, recubierto de yema tostada y adornado con nata.



Almendrados de Villasirga

Nombre del producto: Almendrados de Villasirga

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Villasirga

Fue el magnífico pastero Heriberto Pedrosa el que comenzó a elaborarlos en Villoldo, hasta convertirlos en una especialidad palentina en cuya elaboración han conseguido la perfección la familia Fernández en su confitería la Perla Alcazareña de Villalcázar de Sirga. Una pasta hojaldrada, de forma rectangular, abombada y hueca, recubierta de finas láminas de almendra tostada, crujiente, etérea, excepcional.



Socorritos de Cervera

Nombre del producto: Socorritos de Cervera

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Cervera de Pisuerga

Raquel Cabeza fue la creadora en los años setenta de los lazos de hojaldrados recubiertos de azúcar glass. Hoy los elabora también de forma ovalada y recubiertos de chocolate en su fábrica UKO de Cervera. Su popularización se debe a su excelente calidad y a su elaboración también por las monjas de San Andrés de Arroyo a las que enseñó Raquel durante los años que permaneció en el convento.



Brazo de San Lorenzo

Nombre del producto: Brazo de San Lorenzo

Época de producción: Todo el año

Zona de producción: Osorno

Creado por el pastero Mariano Rodríguez en 1991 en honor de San Lorenzo, ha acabado por popularizarse como un dulce tradicional de Osorno.



Entrantes

Revuelto de morcilla y piñones con queso del cerrato

INGREDIENTES (2 personas):

3 HUEVOS, MORCILLA, 15 grs. PIÑONES, 4 LONCHAS QUESO DEL CERRATO, 1/2 dl. ACEITE, SAL, PEREJIL.

En una sartén, calentar el aceite y añadirle la morcilla desmenuzada. • Añadir los



piñones, saltear e ir añadiendo los huevos a la vez que removemos con una cuchara de madera hasta conseguir el revuelto. • Poner punto de sal. • Al emplatar colocar el revuelto, poniendo las lonchas encima de este, decorar con perejil. • Se le puede acompañar con una salsa de piquillo y colocar el revuelto sobre una tosta de maíz.

Paté de lechazo churro

INGREDIENTES:

1 MEDALLÓN DE PATÉ DE LECHAZO, 1/2 PUERRO, 1 dl. VINAGRE DE MÓDENA.

• Cortar en juliana fina el puerro y freirlo en aceite hasta dejarlo dorado y crujiente.

• En un pequeño cazo reducir el vinagre al fuego hasta que adquiera consis-



tencia para napar. • Sobre una plancha o sartén caliente dar un golpe de calor fuerte por ambos lados del medallón de paté por un breve espacio de tiempo. • Colocar en un plato o fuente acompañado del puerro frito y pintar con la reducción de vinagre de Módena.

Pimientos rellenos de rape y langostinos

INGREDIENTES (6 personas)

24 PIMIENTOS DEL PIQUILLO ASADOS Y ENTEROS, 200 grs. DE RAPE TROCEADO, 10 LANGOSTINOS COCIDOS, PELADOS Y PICADOS, 170 grs. DE HARINA, 1 litro DE LECHE, 50 grs. DE MANTEQUILLA, UNA PIZCA DE NUEZ MOSCADA, SAL Y ACEITE

• Se rehoga el rape con un poco de cebolla, cuando esté hecho se pone a escurrir, luego se

une con los langostinos pelados y picados. • Se elabora una bechamel rehogando la mantequilla con la harina y añadiendo la leche poco a poco, sin dejar de dar vuel-



tas, echando una pizca de nuez moscada y se sala al gusto. • Cuando esté espesa y sin grumos se mezcla con los langostinos y el rape, dejándola enfriar y rellenando los pimientos. • Se rebozan los pimientos y se sirven solos o acompañados de una salsa.

Carpaccio de Carabineros con Ficoide glacial y su coral

• PARA EL CARPACCIO:

Pelar los carabineros, reservando sus cabezas. Hacer un rulo con las colas, envolver en film y conge-



lar. Retirar el film y cortar el rulo con la cortadora. Colocarlo en el plato extendido. • PARA EL CORAL: Confitar las cabezas de los carabineros con aceite, triturar, colar y meter en un biberón. • PRESENTACIÓN: Sobre el plato del carpaccio, alinear con líneas del coral y un poco de sal maldón, en el medio colocar unas hojas de ficoide glacial y aliñarlo con aceite de oliva y vinagre agridulce.

Ensalada de pulpo con humus de alubias blancas y aceite de alcachofa

INGREDIENTES (para 6 personas)

600 grs. DE PULPO, 200 grs. DE ALUBIAS BLANCAS, CUATRO ALCACHOFAS, LECHUGA ROMANA, HOJA DE ROBLE, ESCAROLA Y RECUCLA, ACEITE, PIMENTÓN DULCE, SÉSAMO, COMINOS, AJO, GUINDILLA Y SAL

• PREPARACIÓN: En primer lugar coceremos el pulpo en abundante agua durante al menos una hora (un pulpo de 5k equivale a una hora de cocción). Una vez cocido lo dejamos reposar. • PARA EL HUMUS DE ALUBIAS: Pondremos las alubias a cocer, una vez cocidas las pasaremos por la turmix añadiendo el ajo, el sésamo, la guindilla, la sal y pimienta negra., Finalmente lo emulsionaremos con el aceite. Colamos por un fino y reservamos. • PARA EL ACEITE DE ALCACHOFA: Pondremos a confitar las alcachofas con el aceite, una vez



confitadas las trituraremos en la termomix hasta que nos quede todo bien molido. Colamos. • FINAL Y PRESENTACIÓN: En un plato pondremos un poco de humus templado, encima le pondremos el pulpo espolvoreado con pimentón, sal y un chorrito de aceite. Le pondremos encima todas las clases de verde que encontremos en el mercado y por último le echamos un chorrito de aceite de alcachofa.

Hígado fresco de pato de Villamartín con salsa de manzana

INGREDIENTES (4 personas):

600 grs. DE HÍGADO FRESCO DE PATO, 1 CEBOLLA MEDIANA, 1 MANZANA GOLDEN, 1 COPA DE VINO DE OPORTO, 1/2 litro DE CALDO DE CARNE, ACEITE DE OLIVA Y SAL

• Picar la cebolla en juliana y ponerla a rehogar con un poco de aceite y la manzana troceada dejándola hacer muy lentamente. • Después añadir el vino de Oporto y dejar reducir un poco, añadir el caldo de carne y dejar cocer unos minutos. • Triturar y pasar por un colador muy fino. • Trocear el hígado en láminas de 1 cm de grosor aproximadamente y hacer, vuelta y vuelta, en la salsa. • Emplatarse y napar con la salsa muy caliente.



Alcachofas rellenas de huevo de codorniz y cecina de Villarramiel

INGREDIENTES (4 personas):

4 ALCACHOFAS, 2 LONCHAS FINAS DE CECINA DE VILLARRAMIEL, 4 HUEVOS DE CODORNIZ, PURE DE GUI SANTES, SALSA DE PIQUILLO, 1/2 LIMÓN, SAL, PEREJIL PICADO

• Sacar el corazón de la alcachofa, frotarlas con limón para que no se oxiden, cocerlas en agua hirviendo con sal y el medio limón hasta que queden al dente. • Escurrir las alcachofas y cortar en la base de



forma que apoyen bien sobre un plato. Cascar dentro de cada alcachofa el huevo de codorniz, añadir una pizca de sal y colocar encima de cada una media loncha de cecina. • Sobre una fuente de horno, ligeramente engrasada, colocar las alcachofas e introducirlas en el horno a temperatura fuerte (200 grados) hasta que cuaje la clara de huevo. • Presentar en un plato acompañado de salsa de piquillo y puré de guisantes.

Tosta de morcilla con pimiento asado de Torquemada

INGREDIENTES (4 personas):

1 MORCILLA, 8 TIRAS DE PIMIENTO ROJO ASADO DE TORQUEMADA, 4 REBANADAS DE PAN DE HOGAZA, PEREJIL PICADO, HARINA PARA FREIR, ACEITE

• Cortar la morcilla en doce rodajas, enharinarlas, freírlas en aceite hasta que queden doradas y colocarlas en papel antigraso a escurrir. • Tostar el pan al horno o en un tostador. • Colocar encima de cada tosta de pan la morcilla frita y la tiras de pimientos asados. Espolvorear con perejil.



Champiñones a la plancha con cecina de Villarramiel

INGREDIENTES (4 personas):

12 CHAMPIÑONES GRANDES, 20 GRs. DE CECINA DE VILLARRAMIEL, 1/2 DL. ACEITE DE OLIVA, PEREJIL, 2 DIENTES DE AJO, 1 PIZCA DE GUINDILLA, SAL

• Lavar bien los champiñones sin el tallo y escurrirlos. • En un mortero, majar el ajo con un poco de perejil, una pizca de guindilla y sal. A este majado añadirle el aceite y mezclar. • Picar finamente la cecina y rellenar el interior de los champiñones con ella. • En una plancha o sartén caliente, cocinar los champiñones añadiendo el majado durante su cocción. Servir en una fuente.



Primeros Platos

Menestra de Verduras

INGREDIENTES (4 personas):

800 G JAMÓN IBÉRICO, 1 CEBOLLA, 1 ZANAHORIA, 1 DIENTE DE AJO, 2 HUEVOS COCIDOS, 8 ESPÁRRAGOS TRIGUEROS, 100 G COLES DE BRUSELAS, 80 G PENCAS DE ACELGAS, 100 G GUI SANTES, 6 ALCACHOFAS, 100 G COLIFLOR, 100 G BRÉCOL, 100 G JUDIAS VERDES, 1 CALABACÍN, CALDO DE CARNE, 1 CHUPITO DE BRANDY

• Cocer las verduras por separado. • En una cazuela pochar la cebolla, el ajo y las zanahorias troceadas en taquitos. • Añadir después el jamón, el brandy y el caldo de carne. • Rebozar la verdura ya cocida y troceada y añadir al caldo anterior, dejar hervir durante 5 minutos suavemente. • Colocar en una fuente adornando con los huevos en rodajas.



Ensalada de codorniz escabechada

INGREDIENTES (4 per):

2 CODORNICES, BOUQUET DE LEGHUGA, TOMATITOS, 1 PUERRO PEQUEÑO, ENDIBIAS, 1/2 CEBOLLA, 1 ZANAHORIA MEDIANA, 2 DIENTES DE AJO, 1 HOJA DE LAUREL, 4 GRANOS DE PIMIENTA EN BOLA, 1 RAMA DE TOMILLO, 10 cl. ACEITE DE OLIVA VIRGEN, 10 cl. AGUA, 10 cl. VINAGRE, SAL.

• Aviar las codornices. • En un decilitro del aceite pochar ligeramente las verduras cortadas en dados de 1 cm. de grosor y los ajos machacados. • Una vez pochadas las verduras, añadimos el aceite restante, el agua, el vinagre y las especias. Cuando comience a hervir el escabeche, añadir las codornices y dejarlas cocer hasta que estén tiernas. • Poner punto de sal. • Una vez escabechadas las codornices retirarlas del caldo, pasar éste por un pasapurés y reservar. • Colocar en una fuente las lechugas, tomates y endibias (previamente lavadas). • Colocar la codorniz y aliñar con el escabeche reservado.



Esta ensalada se puede servir tibia, calentando previamente la codorniz en su escabeche al baño maría y acompañarla con verduras al vapor de la huerta palentina.

Crema de Garbanzos con Brandada de Bacalao y Morcilla

INGREDIENTES (4 personas):

CREMA: 100 G DE GARBANZOS, 10 G DE CHALOTA, 10 G DE PUERROS, 1,5 L DE CALDO DE POLLO (MUY SUAVE), 100 G DE VINO BLANCO, SAL Y PIMIENTA
BRANDADA: 40 G DE BACALAO, 30 G DE MORCILLA, 30 G DE ACEITE DE OLIVA

• Rehogar la chalota y el puerro, añadir el vino y poner los garbanzos y el caldo a cocer hasta que los garbanzos estén hechos, siempre a fuego lento. • Salpimentar, triturar y rectificar la sazón. • PARA LA BRANDADA: picar muy fino el bacalao, mezclar con morcilla de Villacidaler y añadir aceite de oliva con una temperatura aproximada de 50°. • Componer el plato colocando la brandada sobre la crema de garbanzos.



Pisto con huevo escalfado

INGREDIENTES (4 personas):

4 HUEVOS, 1 CEBOLLA PEQUEÑA, 1/2 PIMIENTO VERDE, 1/2 PIMIENTO ROJO, 1 TOMATE GRANDE, 1/2 CALABACÍN PEQUEÑO, 1/2 dl. ACEITE, 2 LONCHAS DE CECINA, 1 DIENTE DE AJO, 4 REBANADAS PEQUEÑAS DE PAN DE HOGAZA, SAL, VINAGRE /AGUA (3 PARTES DE VINAGRE POR 7 DE AGUA)



- Escalfar los huevos durante tres minutos en una cazuela tapada con tres partes de vinagre y siete de agua, en proporción, que cubran los huevos. Una vez escalfados pasarlos por un bol con agua fría para parar la cocción y quitar el regusto a vinagre. Reservar en la nevera.
- Cortar las verduras en dados de 1 cm de grosor y pocharlas en el aceite al fuego en una sartén. Añadir primero la cebolla con los pimientos, después el calabacín y finalmente el ajo machacado en un mortero, removemos con una cuchara de madera y añadimos el tomate. Poner punto de sal, de azúcar si fuera necesario para quitar la acidez del tomate y mantenerlo a fuego lento hasta que quede la verdura hecha pero al dente.
- Tostar las rebanadas de hogaza, colocar encima el huevo escalfado con media loncha de cecina en cada uno. Poner esta tosta en un plato con el pisto a un lado. Calentar en el horno y servir.

Sopas con cebolla de Palenzuela

INGREDIENTES (4 personas):

2 CEBOLLAS GRANDES DE PALENZUELA, 1 1/4 l. DE CALDO DE CARNE O AGUA., 4 REBANADAS FINAS DE PAN DE HOGAZA, 4 LONCHAS DE QUESO DEL CERRATO, 1 dl. ACEITE, SAL, PEREJIL PICADO



- Cortar la cebolla en juliana muy fina y rehogar con el aceite en una cazuela tapada a fuego lento.
- Una vez ablandada la cebolla, sin que llegue a tomar color, agregamos el caldo, damos un hervor y sazonomos.
- Tostar en el horno el pan de hogaza con una loncha de queso encima hasta que este funda.
- Servir la sopa en platos individuales con la tosta de pan y queso. Espolvorear con perejil picado.

Sopas de Ajo

INGREDIENTES (4 personas):

4 DIENTES DE AJO, 1 l. AGUA, 1 dl. ACEITE, 200 g. DE PAN DE HOGAZA DE DOS DÍAS, 1 CUCHARADITA DE PIMENTÓN DULCE O PICANTE, SAL



- En una cazuela de barro al fuego, dorar en el aceite los dientes de ajos, pelados y enteros.
- Una vez dorados, retirar y majarlos en el mortero con el pimentón. Añadir, después, un poco de aceite para ligar el majado.
- En otra cazuela de barro, colocar el pan cortado en sopas finas, cubrirlo con el agua (la cual deberá estar caliente), añadir el majado y poner punto de sal. Dejar hervir a fuego lento unos quince minutos.

Guisantes salteados con cecina

INGREDIENTES (4 personas):

1 1/2 Kg. GUI SANTES, 70 g. DE CECINA, 1/2 dl. ACEITE, 2 DIENTES DE AJO, 2 CEBOLLETAS PEQUEÑAS FRESCAS, 1 TOMATE GRANDE, SAL, AZÚCAR, PEREJIL PICADO

- Una vez desgranados los guisantes, cocerles en abundante agua con sal hasta que estén casi tiernos. Refrescarlos en agua fría, guardando un poco del caldo de cocción.
- En una cazuela con aceite, añadir la cebolleta y el ajo picados y rehogar a fuego lento. Cortar la cecina en tacos pequeños y echar al guiso. Agregar, después, el tomate picado sin piel ni pepitas y dejar sofreír



unos minutos. • Para finalizar el plato, añadir los guisantes y un poco de caldo para que den un último hervor y queden tiernos, rectificando de sal y de azúcar en caso de que sea necesario, debido a la acidez del tomate. • Presentar en una fuente con perejil espolvoreado.

Lentejas pardinas con chorizo

INGREDIENTES (4 personas):

1/2 Kg. LENTEJA PARDINA, 1 CHORIZO PEQUEÑO, 100 g. DE TOCINO, 1 CEBOLLA PEQUEÑA, 1 ZANAHORIA PEQUEÑA, 1 PUERRO PEQUEÑO, 2 DIENTES DE AJO, 1/2 PIMIENTO VERDE, 1 TOMATE PEQUEÑO, 1 HOJA DE LAUREL, 4 CLAVOS, 1 CUCHARADITA DE PIMENTÓN, 1/2 dl. ACEITE, AGUA, SAL



• Poner las lentejas a remojo la víspera. En una cazuela colocar las lentejas, cubiertas de agua y ponerlas a fuego lento junto con el chorizo, el tocino, el tomate, la zanahoria, el pimiento verde, el puerro, el laurel y media cebolla sobre la cual habremos insertado los cuatro clavos de especia. Añadir sal. • Ir cociendo las lentejas a fuego lento y asustarlas con agua fría cuando se vaya evaporando el líquido. • Cuando estén casi tiernas, en una sartén aparte sofreír la cebolla picada finamente junto con el ajo, también picado. Una vez hecho esto, agregar el pimentón y sin dejar que fría mucho, añadir el sofrito a las len-

tejas. • Podemos añadir, cuando el guiso esté casi finalizado, el puré de unas pocas lentejas junto con el tomate y el puerro, para engordar un poco el caldo. • A la hora de servir, retirar el laurel y la cebolla claveteada, cortar en rodajas el chorizo y la zanahoria y en tacos el tocino. Presentar en sopera.

Cocido de garbanzos

INGREDIENTES (4 personas):

600 g. GARBANZOS, 400 g. MORCILLO DE NOVILLA, 1 CHORIZO PEQUEÑO, 1 MORCILLA PEQUEÑA, 1 HUESO DE JAMÓN, 100 g. DE TOCINO, AGUA, 600 g. DE BERZA DE LA VEGA DE SALDAÑA, 2 PATATAS GRANDES, 1 ZANAHORIA MEDIANA, 4 RELLENOS DE PAN Y HUEVO, 1 PUÑADO PEQUEÑO POR PERSONA DE FIDEOS, SAL



• Poner los garbanzos a remojo el día anterior. • En un puchero u olla introducir todos los ingredientes, salvo los garbanzos, los fideos y los rellenos. Cubrir con agua abundante y salar. Cuando el caldo hierva, añadir los garbanzos y, mientras dure la cocción de éstos, ir asustándolos con agua hirviendo para que no se encallen. A medida que vayan estando cocidas las hortalizas las retirarlas y esperar a que se terminen de cocinar los garbanzos y la carne. • En un cazo aparte cocer la berza de la Vega de Saldaña y reservar. • Una vez finalizado, colocar en una cazuela aparte, el caldo a hervir con la pasta hasta que esta quede tierna. • Servir primero la sopa con los fideos, después los garbanzos con la zanahoria, la patata y la berza y, por último, la carne de morcillo con el chorizo, la morcilla y el tocino.

Patatas a la importancia

INGREDIENTES (4 personas):

1 1/4 Kg. PATATAS, 3 HUEVOS, HARINA PARA REBOZAR, 1 CUCHARADA SOPERA DE HARINA, 1 CEBOLLA PEQUEÑA, 100 g. DE GUISANTES DESGRANADOS, 2 DIENTES DE AJO, 1 CHORIZO PEQUEÑO, 1 CUCHARADITA DE PIMENTÓN, PEREJIL PICADO, AGUA, ACEITE PARA FREIR LAS PATATAS, 1/2 dl. ACEITE DE OLIVA, SAL

• Pelar las patatas y cortarlas en rodajas de 1/2 cm de grosor. Salarlas, pasarlas por harina y por



los huevos batidos. Freír en abundante aceite, a fuego medio alto, hasta que estén doradas por ambos lados. • Colocarlas, una vez fritas, en una rustidera para escurrirlas de grasa. Quitar las posibles barbas del huevo que pudieran tener las patatas. • En una cazuela, pochar en el aceite la cebolla y el ajo picados. Después, añadir el chorizo troceado y remover, agregar la harina y el pimentón. Sofreír ligeramente y mojar con un poco de agua para ligar la salsa. Introducir las patatas ya rebosadas en la cazuela e ir añadiendo agua hasta que cubra las patatas. • Echar los guisantes y dejar cocer hasta que éstos y las patatas estén tiernas. Rectificar de sal. • Servir en platos soperos individuales y espolvorear con perejil picado.

Sopa castellana

INGREDIENTES (4 personas):

1/2 dl. ACEITE, 200 g. DE PAN DE HOGAZA DE DOS DÍAS 4 DIENTES DE AJO, 4 HUEVOS, 50 g. DE GUI SANTES DESGRANADOS, 4 LONCHAS DE JAMÓN VETEADO, 1 CUCHARADITA DE PIMENTÓN DULCE O PICANTE, 4 YEMAS DE ESPÁRRAGO, 1/4 l. AGUA, SAL

• Elaborar como las “sopas de ajo” anteriormente expuestas, añadiendo los guisantes cuando agregamos el caldo para que se cocinen en él. • Cuando estén los guisantes prácticamente tiernos, separar la sopa en 4 cazuelas individuales, escalfar en ellas los huevos y colocar encima la loncha de jamón y una yema de espárragos. • Terminar este plato al fuego –o bien al calor del horno– hasta que cuaje el huevo.



Alubias con liebre

INGREDIENTES (4 personas):

600 g. DE ALUBIAS DE SALDAÑA, 1/2 LIEBRE MACERADA EN VINO, HÍGADO DE LA LIEBRE, SAL/PIMIENTA, 1 CEBOLLA PEQUEÑA, 1 ZANAHORIA PEQUEÑA, 1 PUE RRO PEQUEÑO, 2 DIENTES DE AJO, AGUA, 1/2 dl. ACEITE, 1 HOJA DE LAUREL, 1 RAMILLETE DE TOMILLO, 2 CUCHARADAS DE SALSA DE TOMATE



• Poner la alubias a remojo el día anterior. • Picar en dados pequeños la cebolla, la zanahoria y el puerro, para después rehogarlos en un puchero con el aceite. • Añadir el hígado de la liebre hasta que se cocine. • En un mortero hacer un majado con los ajos y el hígado de la liebre. • Trocear la liebre, salpimentarla, pasarla por harina y sofreírla en el puchero junto con la verdura. • Agregar el majado y la salsa de tomate. Mojar con el agua suficiente para después añadir las alubias y que estas queden cubiertas. • Echar el tomillo, el laurel y poner punto de sal. • Asustar las alubias durante su cocción cuando se observe que están faltas de líquido. • Una vez estén las alubias tiernas, dejar posar para posteriormente servir en sopera.

Arroz con Bogavante

Ingredientes (4 personas)

1/2 K DE ARROZ, 1 BOGAVANTE DE 600 G, 1 CEBOLLA PEQUEÑA, 1 DIENTE DE AJO, 1 PIMIENTO VERDE, 6 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA, 1 LITRO DE CALDO DE PESCADO

• Se rehoga en una paellera la cebolla, el ajo y el pimiento verde con el aceite de oliva. • Cuando esté pochado se añade el arroz y el caldo de pescado, siempre el doble de caldo que de arroz. • Cocer durante 20 minutos, añadiendo el bogavante cinco minutos antes de acabar la cocción.



Segundos Platos

Jamoncitos de lechazo con salsa de hongos

INGREDIENTES (4 PERSONAS)

UNA PATA DE LECHAZO DESHUESADA, 200 G DE HONGOS NATURALES, 2 CEBOLLAS, UN CALABACÍN, UNA CUCHARADA DE HARINA, ACEITE DE OLIVA, PIMIENTA NEGRA Y SAL



• Atar el jamoncito de lechazo de manera que quede redondo y salpimentarlo. • En una sartén con aceite bien caliente se dora para después meterlo al horno hasta que esté en su punto. • SALSA: En una sartén poner la cebolla cortada en juliana, añadir los hongos y el calabacín picados, salar. • Cuando esté hecho se añade un poco de harina y caldo. • Remover hasta diluir bien. • Pasar la salsa por el pasapurés. • Desatar los jamones, cortarlos en rodajas y colocar en el plato añadiendo la salsa por encima.

Trucha ahumada con patata confitada, jugo de corral y gelatina de albahaca

• Para ahumar la trucha: Con sal para ahumar, taparla 10 minutos, lavarla y dorarla por la parte de la piel. • Hornear 5 minutos a 200°. • PARA EL JUGO DE CORRAL: Dos carcasas de pollo muy picadas, dorarlas en una cazuela, añadir una bresa ya dorada y añadir un poco de caldo. Tener una hora cociendo, colar, desengrasar y espesar.



• PARA LA PATATA CONFITADA: Partirla en cerilla, con aceite de oliva, ajo, laurel y tomillo a fuego lento tres minutos. • PARA EL ESCABECHADO: Reducir vinagre de jerez a la mitad y añadir al jugo de corral. • PARA LA GELATINA DE ALBAHACA: Albahaca fresca 200 g, escalfar, enfriar con agua helada, escurrir triturar con un poco de caldo y añadir 2 g de agar-agar, poner a fuego para que cueza, enfriar y cortar en dados. • Presentación: Se pone la patata con el jugo escabechado en el centro del plato, haciendo una línea. • El pescado encima de la patata y por los laterales el jugo de corral con los dados de gelatina de albahaca.

Ternera de la Montaña Palentina guisada con alcachofas

Ingredientes (4 personas)

1 K. DE TERNERA, 1 CEBOLLA, 1/2 PIMIENTO VERDE, 4 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA, 1 DIENTE DE AJO, 1 CUCHARADITA DE HARINA, 4 ALCACHOFAS, 1 VASITO DE VINO BLANCO, 3/4 L. DE CALDO NEUTRO O AGUA, SAL Y PIMIENTA



Saltear a fuego fuerte los trozos de ternera y reservar. En la misma sartén echar la cebolla, ajos, laurel y rehogar; una vez pochados añadir el pimiento verde y dejar rehogar; a continuación añadir una cucharada de harina y remover unos segundos. Seguidamente se añade el vino blanco y dejamos que cueza un poco para que pierda el alcohol, añadir los trozos de ternera con el jugo que hayan soltado, cubrir con agua y cocer a fuego medio hasta que la carne esté blanda. En el último momento añadir unas alcachofas cocidas y dejar espesar la salsa.

Pargo a la Parrilla con Risotto de Queso de Idiazabal

Ingredientes (6 personas)

RISOTTO: 160 G ARROZ CANNELONNI, 400 ML DE CALDO DE PESCADO, 30 G DE QUESO RALLADO MUY FINO, 10 G DE MASCARPONE, 900 G DE PARGO DESESPINADO (CADA RACIÓN 150 G)

REDUCCIÓN DE BALSÁMICO: 50 G DE BALSÁMICO, 10 G DE AZÚCAR. HERVIR TODO JUNTO HASTA OBTENER LA TEXTURA DESEADA.

ACEITE DE PIMENTÓN: 30 G DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN, 10 G DE PIMENTÓN



- Rehogar el pimentón en un poco de aceite, añadir el resto de aceite y dejar al baño maría, una hora aproximadamente, infundiendo.
- Cocinar el arroz Cannellonni con el caldo de pescado, salpimentar y añadir un poco de Mascarpone y el queso de Idiazabal rallado, antes de ser servido.
- Cortar el Pargo en tres y pasarlo por la parrilla.
- Poner una reducción de Balsámico y aceite de pimentón alrededor.

Merluza a los puerros

INGREDIENTES (4 PERSONAS)

800 G DE MERLUZA LIMPIA SIN ESPINAS, 1 PUERRO MEDIANO, 2 PATATAS MEDIANAS, 1/2 CEBOLLA, 3 CUCHARADAS DE GRASA DE PATO, ACEITE DE OLIVA Y SAL, PAPEL DE ALUMINIO

- Cortar las patatas en rodajas y la cebolla en juliana, poner a freír con aceite a fuego muy lento para que se hagan sin dorarse.
- Repetir la misma operación con los puerros, reservando



- Cortar una tira de papel de aluminio, suficiente para que podamos hacer una bolsa, juntando los pliegues, en la que quepan todos los productos.
- Colocar, sobre el papel de aluminio, una base de patatas y cebolla, encima la merluza, sobre ésta el puerro y encima la grasa de pato.
- Formamos la "papillote", es decir, la bolsa de papel de aluminio uniendo sus bordes para conseguir un cierre hermético.
- Se introduce en horno a 220°C durante 12 minutos. Se presenta en la "papillote", abriendo y sirviendo en el plato.

Caracoles con tomate y chorizo

INGREDIENTES (4 personas):

80 CARACOLES, 1 CEBOLLA PEQUEÑA, 2 DIENTES DE AJO, 2 TOMATE MEDIANOS, 1 PIZCA DE GUINDILLA, 1 CUCHARADITA DE PIMENTÓN DULCE, 20 g. DE JAMÓN EN TACOS, 1/2 CHORIZO PEQUEÑO, 1 HUEVO, AGUA, 1/2 dl. ACEITE, SAL



- Una vez limpios los caracoles (habiéndolos dejado reposar 3 días en pan rallado o harina para que purguen, y después de lavarlos repetidas veces) cocerlos en abundante agua con sal, dejándolos a falta de un hervor con la salsa final. Reservar parte del caldo de cocción del caracol.
- En una cazuela, rehogar en el aceite la cebolla y el ajo picados para, después, añadir el jamón en tacos y el chorizo cortado en rodajas.
- Pelar los tomates, quitar las semillas y picar finamente su carne, sofriendolo junto lo anterior.
- Agregar la guindilla y el pimentón.
- Mojar este pochado con un poco de caldo, echar los caracoles y les damos el último hervor.
- Rectificar de sal. *Probar siempre para poder rectificar con azúcar la posible acidez del tomate.*

Pichón de Tierra de Campos estofado

INGREDIENTES para 4 personas:

2 PICHONES, 1 CEBOLLA GRANDE, 2 TOMATES PEQUEÑOS, 2 DIENTES DE AJOS ENTEROS, 1/2 dl. DE MANTECA DE CERDO, 1 HOJA DE LAUREL, 5 BOLSAS DE PIMIENTA NEGRA, 1 RAMA DE TOMILLO, 1/2 COPA DE VINO OLOROSO, 1 l. DE AGUA O CALDO DE CARNE, SAL
GUARNICIÓN: 4 ESPÁRRAGOS TRIGUEROS, 1 ZANAHO-RIA PEQUEÑA, 1 PATATA PEQUEÑA, 1/2 CALABACÍN



• Derretir al fuego la manteca de cerdo en una cazuela y dorar en ésta los pichones una vez aviados. • Añadir la cebolla picada en pequeños dados, los dientes de ajo, las bolas de pimienta, el laurel y el tomillo. Rehogar con el pichón hasta que ablande la cebolla sin tomar color. • Echar los tomates partidos en cuatro, rehogar y mojar con el vino oloroso. • Una vez que pierda el vino el grado alcohólico, añadir el agua o caldo quedando cubierto los pichones. Poner punto de sal, tapar la cazuela y dejar cocer hasta que estén tiernos. • La salsa la pasaremos por un pasapurés y volveremos a hervirla al fuego con el ave. Desespumar si fuera necesario, y rectificar de sal. • Por otro lado, habremos cocido en agua hirviendo con sal la patata cortada en láminas, la zanahoria en rodajas y los espárragos trigueros. Dejar éstos un poco enteros para acabarlos de cocinar en una sartén a fuego vivo con un poco de aceite junto con el calabacín cortado finamente, el cual echaremos directamente a la sartén. • Presentar el plato con el ave cubierto con su salsa y la guarnición antes mencionada.

Chuletitillas de lechazo churro con ajo confitado en aceite

INGREDIENTES para 4 personas::

20 CHULETILLAS DE LECHAZO CHURRO, 4 DIENTES DE AJO, 1 dl. ACEITE, PURÉ DE 2 PATATAS, SAL/ PIMIENTA, PEREJIL PICADO



• Cortar los ajos en láminas finas y de un mismo grosor. • En un cazo echar el aceite y ponerlo a fuego lento con el ajo laminado. Con un tenedor de madera remover continuamente el ajo para conseguir que se dore sin que se quemé. Una vez dorado y crujiente, sacar del aceite y colocar en una rustidera para que escurra el aceite. • Salpimentar las chuletitillas y freír las a fuego fuerte en el aceite del ajo. Una vez fritas escurrirlas en un papel antigraso y presentarlas en una fuente con el puré de patata caliente, los ajos confitados y perejil picado.

Mollejas de lechazo churro en su jugo

INGREDIENTES para 4 personas:

350 g. DE MOLLEJAS DE LECHAZO CHURRO, 2 DIENTES DE AJO, 2 dl. DE JUGO DE CARNE, 1/2 dl. DE VINO BLANCO, ACEITE DE OLIVA, SAL, PEREJIL PICADO, 2 PATATAS MEDIANAS LAMINADAS, FRITAS

• Poner una cazuela con el aceite a fuego vivo. Cuando el aceite coja temperatura, añadir las mollejas previamente limpias y con sal, dorar en el aceite. • Cuando estén prácticamente cocinadas, añadir el ajo picado. Al dorar éste, agregar el perejil, eliminando el posible exceso de grasa con la ayuda de una espumadera. • De nuevo en el fuego, añadir el vino blanco y dejarlo reducir, dando un último hervor con el jugo de carne. • Presentar en una bandeja acompañado de una patatas fritas laminadas.



Chuletón de Cervera de Pisuerga

INGREDIENTES para 4 personas:

4 CHULETONES DE TERNERA DE CERVERA, DE 350 g., SAL GORDA, SAL FINA, ACEITE DE OLIVA

• En una plancha o sartén previamente calentada al fuego, cocinar la chuleta untada en aceite por ambas caras. Esta cocción dejará costra en ambas caras. El punto óptimo dejará el interior crudo. • Salar por la cara que se ha marca-



do primero. • Servir en un plato o fuente de barro calentada al horno.

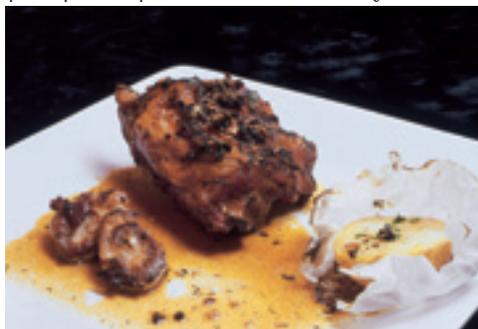
Se puede acompañar con una guarnición de patatas fritas o verduras a la plancha. Para que al chuletón le encontremos caliente en la parte poco hecha, deberemos dejarlo a temperatura ambiente unas horas antes y no pasarlo directamente del frío al calor de la plancha.

Lechazo churro asado

INGREDIENTES para 4 personas:

1/2 LEHAZO CHURRO, 50 g. DE MANTECA DE CERDO, 1/3 l. AGUA, SAL, ZUMO DE 1 LIMÓN, 1 DIENTE DE AJO, PEREJIL PICADO, 4 PATATAS PEQUEÑAS ASADAS

• Hacer un majado con el ajo, la manteca, añadirle el agua y el zumo de limón. • Sazonar con sal el lechazo, untarle con el majado y asar a horno fuerte, regándole de vez en cuando con el majado hasta que éste quede dorado y crujiente por fuera y tierno por dentro. Observar que siempre haya agua en el fondo de la cazuela para que no quede seco. • Servir muy caliente.



Cochinillo ibérico asado y servido crujiente con chutney de frutas de la temporada

INGREDIENTES:

UN COCHINILLO DE UNOS 5 KG, 500 G DE FRUTAS DE TEMPORADA, MEDIA CEBOLLA, AJO, PIMIENTA BLANCA, CURRY, AZÚCAR, VINAGRE DE ARROZ Y SAL

PREPARACIÓN: Meter las seis raciones de cochinillo en bolsas de horno al vacío. Introducir en el horno y na vez hecho el enfriarlo rápidamente en agua y hielo. Reservar.



PARA EL CHUTNEY: Pondremos en una cazuela las frutas de temporada con ajo, cebolla, pimienta, curry y azúcar. Cuando esté hecho como una compota le añadimos vinagre de arroz. FINAL Y PRESENTACIÓN: Damos un golpe de calor al cochinillo. En un plato pondremos el cochinillo deshuesado y encima pondremos su piel. Al lado pondremos un cordón de chutney. Por ultimo decoramos con un poco de cebollino picado.

Pimiento de Torquemada relleno de carne

INGREDIENTES para 4 personas:

4 PIMIENTOS DE TORQUEMADA, 250 g. PREPARADO DE CARNE PICADA DE CERDO Y TERNERA, 8 CHAMPIÑONES, 1/2 CEBOLLA, 1 DIENTE DE AJO, 2 CUCHARADAS DE HARINA, 1/2 l. DE LECHE, SAL, PIMIENTA, NUEZ MOSCADA, SALSA DE PIMIENTOS, 1/2 dl. ACEITE

- Colocar los pimientos en una bandeja engrasada de horno y dejarlos a medio asar. • En una cazuela sofreír en aceite la cebolla y el ajo picados finos. Añadir los champiñones laminados, y una vez que tomen color agregar la carne picada e ir removiendo para que se vaya cocinando.
- Incorporar la harina, remover y echar la leche hirviendo previamente sazonada con sal, pimienta y nuez moscada. Mezclar con la ayuda de una varilla hasta conseguir una bechamel. Dejarla hervir un par de minutos. Rectificar de sal. • Abrir los pimientos por la zona del tallo y rellenarlos con la bechamel. • Volver a cerrar y acabar de asar todo junto en el horno.
- Servir en plato habiendo pelado el pimiento y acompañándolo con una salsa de pimientos.



Postres

Puding de queso

Ingredientes (4 personas)

8 QUESITOS, 400 G DE QUESO DE NATA, 4 SOBAOS, 8 HUEVOS, 2 LITROS DE LECHE, 1 LITRO DE NATA, 50 G DE MANTEQUILLA, 300 G DE AZÚCAR

• Se pone la leche a hervir con la nata y la mantequilla. • En un recipiente se echan los quesitos, el queso de nata, los sobaos, los huevos y el azúcar. • A continuación se vierte la leche y se pasa por la batidora hasta que esté deshecho. • Se deposita en un molde con caramelo y se mete al horno al baño maría.



Helado de plátano con dulce de leche y gelatina de café sobre una galleta casera

INGREDIENTES PARA EL HELADO DE PLÁTANO Y PREPARACIÓN:

LECHE, NATA, YEMAS, PLÁTANOS, AZÚCAR Y ESTABILIZANTE.

• En primer lugar calentamos la leche y la nata. • Por otro lado batimos las yemas con el azúcar y el estabilizante. • Lo juntamos con la nata y la leche y hacemos una inglesa. • Por último añadimos los plátanos y los batimos en la termomix. • Colar y congelar.

INGREDIENTES PARA EL DULCE DE LECHE Y PREPARACIÓN: LECHE, AZÚCAR, VAINILLA Y BICARBONATO.



• Pondremos la leche a hervir. Una vez que empiece a hervir le añadimos el azúcar, el bicarbonato y la vainilla. Lo dejaremos cocer a fuego lento hasta que se reduzca a menos de la mitad. Colar.

• PARA LA GELATINA DE CAFÉ: En un litro de café añadimos azúcar y gelatina. Lo colamos y lo dejamos enfriar. • FINAL Y PRESENTACIÓN: En un plato hondo pondremos un poco de dulce de leche, encima la galleta y al alrededor pondremos la gelatina de café. Por último el helado de plátano.

Espuma de leche y trufa de chocolate

Ingredientes:

1 LITRO DE LECHE, 125 G DE AZÚCAR, 8 YEMAS DE HUEVO, 100 G DE CHOCOLATE DE FUNDIR, 25 G DE MANTEQUILLA, 100 G. DE NATA, 1 CUCHARADA DE LECHE CONDENSADA

• PARA LA ESPUMA DE LECHE: Hervir un litro de leche con 125 g de azúcar, añadir 8 yemas de huevo y colar. Introducirlo en un sifón y poner dos cargas. • PARA LA TRUFA: Fundir 100 g de chocolate con 25 g de mantequilla. Montar 100 g de nata y endulzar con una cucharada de leche condensada. Mezclar con el chocolate y colocarlo en una manga pastelera. Hacer pequeñas trufas dando forma cónica. • Presentación: En copa de martini, colocar en la base la espuma de leche y encima la trufa.



Mousse de Mascarpone y Espinacas con Sorbete de Zanahorias y Naranja

Ingredientes (6 personas)

PARA LA MOUSSE: 40 G ESPINACAS, 50 + 40 G AZÚCAR, 125 GRs. MASCARPONE, 125 GRs. CLARA DE HUEVO, 1 HOJA DE GELATINA, BIZCOCHO (PLANCHA), 2 HUEVOS, 1 ZANAHORIA RALLADA, 20 G ACEITE, 50 G AZÚCAR, 40 G HARINA

PARA EL SORBETE: 200 G ZUMO DE NARANJA, 50 G ZANAHORIA, 30 G AZÚCAR, 5 G GLUCOSA + ESTABILIZANTE

- **MOUSSE:** Picar las espinacas en juliana y blanquear. Mezclar el Mascarpone con el azúcar y añadirle la gelatina.
- **Hacer un merengue italiano** con las claras y el resto de azúcar. Mezclarlo todo y colocar en moldes.
- **Plancha de bizcocho:** Montar los huevos con el azúcar, añadir la zanahoria rallada, el aceite y por último mezclar la harina. Cocinar y cortar del tamaño del molde.
- **SORBETE:** Cocer las zanahorias en el zumo de naranja con la glucosa, el azúcar y el estabilizante. Triturar y colar. Dejar enfriar y pasar por la sorbetera.



Torrijas con miel

INGREDIENTES para 4 personas:

8 REBANADAS DE PAN ESPECIAL PARA TORRIJAS, 1/2 L. LECHE, 70 G. AZÚCAR., 1/2 RAMA DE CANELA, ACEITE, 2 HUEVOS BATIDOS, 10 G. DE CANELA EN POLVO, 2 CUCHARADAS DE MIEL

- Calentar la leche y el azúcar y la rama de canela.
- Empapar las rebanadas con esta leche, pasarlas por huevo batido y freír en aceite caliente.
- Escurrirlas bien, y rebozar con la canela en polvo y el azúcar restante.
- Acabar el plato decorándolo con la miel. *Pueden empaparse las torrijas en vez de la leche con azúcar con un vino tinto de poca acidez o un vino dulce.*



Ojuelas u orejuelas

INGREDIENTES para 4 - 6 personas:

1 HUEVO, 1/2 COPA DE VINO BLANCO, 1/2 TAZA DE DESAYUNO DE ACEITE, 1/2 TAZA DE DESAYUNO DE ANÍS SECO, 60 g. DE AZÚCAR, 1/2 NARANJA, HARINA, ACEITE PARA FREÍR, 35 g. DE AZUCAR PARA REBOZAR



- En una sartén, calentar hasta que coja calor el aceite, y dejar que se enfríe de nuevo.
- En un bol, mezclar el huevo, el vino blanco, el anís, el azúcar, el zumo de media naranja, el aceite ya templado y amasamos con la harina que fuese necesaria hasta que quede una masa homogénea y esponjosa.
- Dejar reposar la masa unas 2 horas.
- Con ayuda de un rodillo y espolvoreando harina sobre una mesa, estirar pequeños trozos de masa, cuanto más finos mejor, e irlos friendo en aceite caliente por ambas caras, teniendo cuidado de que no se nos quemem.
- Una vez fritas, escurrir del exceso de aceite.
- Colocar en un plato y espolvorear con azúcar.

Flan de Nata y Queso

Ingredientes

1 LITRO DE NATA, 400 G DE QUESO PARA UNTAR, 3 SOBRES DE CUAJADA, 1 VASO DE LECHE, 3 CACILLOS DE AZÚCAR

- Se pone a hervir la nata con el queso y el azúcar, a parte en una taza se pone la leche y se disuelve la cuajada.
- Cuando hierva la nata se echa la cuajada y se deja hervir hasta que espese, se echa en un recipiente caramelizado, se deja enfriar y se guarda en el frigorífico durante 5 horas.





Europa



España



Castilla y León



Palencia

DISTANCIAS KILOMÉTRICAS:

Barcelona—Palencia: 669 Km. Autopista (N.1—AP1)

Burgos—Palencia: 86 Km. Autopista (A62—E80)

León—Palencia: 130 Km. (N.601)

Madrid—Palencia: 240 Km. Autopista (N.601—A6)

San Sebastián—Palencia: 318 Km. Autopista (A62—AP1)

Santander—Palencia: 201 Km. (N.611)

Valladolid—Palencia: 47 Km. Autovía (A67—A62—E-80)

Vitoria—Palencia: 200 Km. Autopista (A62—AP1)

AEROPUERTOS

Valladolid — Santander — León



DIPUTACIÓN DE PALENCIA

?alencia
por supuesto!

Con la colaboración de:



Tel.: 902 20 30 30

www.turismocastillayleon.com

PATRONATO PROVINCIAL DE TURISMO

C/ Mayor 31

34001 PALENCIA

Tel.: 979 706 523

Fax: 979 706 525

www.palenciaturismo.es