

V Newsletter: 16 de Julio 2013

Ya vamos por la V Newsletter!!! Y cada día sois más los que me la solicitáis, los que queréis colaborar conmigo y los que me enviáis mensajes diciéndome lo mucho que os gusta y los artículos tan interesantes que lleva!!! Solo os puedo volver a dar las gracias de todo corazón!!!

VERDURAS ENCURTIDAS



Ahora os enseñaré a encurtir verduras. Mediante esta técnica podréis conservar y consumir todas tus verduras durante mucho tiempo, disponiendo siempre de ellas de forma rápida y sencilla. Además estas verduras, son ideales para usarlas como guarnición de carnes y pescados.

Podremos conservar cualquier tipo de verdura: zanahoria, pimientos, cebolla, ajos, coliflor, tomate, berenjena...

Su elaboración es muy sencilla. Solo necesitaremos:

- Verduras
- 50 gr de sal
- Vinagre de jerez
- 75 gr de azúcar
- Laurel
- 1 guindilla
- Tomillo y romero en rama
- Aceite
- 2 dientes de ajo picado



En primer lugar lavamos y cortamos las verduras en tamaños grandes. Ponemos una olla a hervir con agua, el vinagre, el azúcar y la sal. Cuando arranque a hervir pondremos todas las verduras dentro solo 5 minutos.

Mientras en un bol pondremos el aceite de oliva junto a las hierbas elegidas (en nuestro caso, laurel, guindilla, ajo, tomillo y romero). Cuando las verduras estén hechas, las escurrimos bien y las vertemos en el bol. Vertemos las verduras en botes esterilizados (hervidos con agua y secados), de tal forma que las verduras queden bien cubiertas por aceite. Llenamos hasta la parte superior, intentando que no quede aire. Cerramos bien y ya las tenemos para comerlas durante todo un año.

Truco: para saber si la cantidad de agua, sal, vinagre y azúcar es la adecuada para la elaboración de los encurtidos, pondremos un huevo en la olla. Si éste flota, la salmuera estará lista para cocer las verduras, sino, deberemos de añadir un poco más de sal y/o azúcar.

HOY CONTAMOS CON LA COLABORACIÓN DE GOURMET DEL PROBE



Blog: [Gourmet del Probe](#)

Facebook: [Gourmet del Probe](#)

Hola a todos, lo primero queremos dar las gracias a Paul por darnos la oportunidad de poder colaborar en su Newsletter y que nos conozcáis un poco mejor.

Empezamos por explicaros qué es Gourmet del Probe. Somos una tienda online de productos asturianos de gran calidad, destacando los embutidos, jamones, fabas, quesos y nuestra especialidad que es la carne de Identificación Geográfica Protegida Ternera Asturiana. Además de tienda online, también tenemos tienda física que llevamos regentando desde hace más de 30 años en La Espina (Salas-Asturias) y gracias a los cuales hemos adquirido gran experiencia en el sector de alimentación.



En esta ocasión queremos hablaros de nuestro producto estrella y que más éxito tiene entre nuestros clientes, **la carne de I.G.P. Ternera Asturiana**. Son terneros de la raza Asturiana de los Valles y Asturiana de la Montaña cuyo amamantamiento es obligatorio como mínimo durante los cinco primeros meses de vida del animal y que durante el

proceso de engorde su alimentación será la tradicional utilizada en Asturias, usando como alimentación suplementaria fundamentalmente cereales y leguminosas. La certificación de calidad de I.G.P. Ternera Asturiana garantiza al consumidor que la carne que compra cumple con todos los requisitos de calidad y seguridad exigidos por el Consejo Regulador a todos los operadores: explotaciones ganaderas, mataderos, salas de despiece y carnicerías. Es una carne muy tierna, sabrosa y que gusta a todos los paladares.

Un punto que nos hace destacar y que consideramos esencial, es que el cliente puede hacer su pedido por teléfono y hablar directamente con nuestro carnicero para que le prepare la carne a su gusto. Nos indicará cómo quiere el corte de la carne, más grueso o fino, cuantas unidades quiere en cada bandeja, etc. Queremos mantener en todo momento la confianza y cercanía con el cliente como si comprase en el mercado de su barrio.

La carne la enviamos a toda la Península y Baleares en bandejas envasadas al vacío (que puedes congelar directamente si lo deseas), dentro de un envase isotérmico y etiquetada con el número de identificación del ternero mediante el cual el cliente puede comprobar la autenticidad de la carne en la web de I.G.P Ternera Asturiana y ver toda su trazabilidad.



El envío de la carne se realiza siempre en transporte refrigerado con la empresa de reconocido prestigio Integra2, garantizando que se mantiene en todo momento la cadena de frío para que llegue a destino bien fresca y en perfectas condiciones para su consumo.

Por último, destacar también que puedes compartir pedido con familiares o amigos para conseguir el envío gratis a partir de cierto importe de compra. Esta modalidad está teniendo muy buena acogida entre nuestros clientes y amigos.

Muchísimas gracias por leer nuestro artículo y hasta la próxima.

Y solo hasta el día 4 de Agosto, **El Gourmet de Probe**, premiará cualquier pedido que hagáis con estas dos riquísimas botellas de Sidra natural El Llaqar de Castiello, anotando en el campo de observaciones de la hoja de pedido de su página web: **El Camino Verde**



AHÍ VA UNA DE TRUCOS DE COCINA

- Freír pescado sin que desprenda olores: añadir a la sartén un trozo de la piel del limón o un diente de ajo partido
- Conservar las magdalenas: las introducimos en una caja metálica junto con una manzana entera
- Arroz más suelto: añadimos al agua de cocerlo unas gotitas de limón
- Patatas fritas más crujientes: Una vez peladas, cortadas, secadas y con sal, añadimos un par de cucharadas de harina, removemos bien, quitamos el exceso y freímos como de costumbre
- Preparar mahonesa sin huevo: por cada dos partes de aceite de oliva, pon una de leche, una pizca de sal y un diente de ajo, enciende la batidora y listo!



[Tu Cocina y Más](#) es una **tienda online** ideal para apasionados de la cocina. Ofrecen una **gran variedad de productos de primera calidad** para satisfacer todas tus necesidades y facilitar la preparación, cocción y elaboración de todos tus platos favoritos. No lo dudes y **hazles una visita!**

Ahora ya podemos dar forma de corazón a nuestras empanadillas caseras, tanto dulces como saladas. De una manera cómoda y fácil obtendremos unos resultados fantásticos



COLABORACIÓN ESPECIAL: LA CUINERA



Hola, soy Ester, del blog [lacuina.com](#). La cocina es mi pasión, por eso estudié cocina en la escuela de hostelería Hofmann de Barcelona y he trabajado en varios restaurantes, alguno de ellos con estrella Michelin. Abrí mi blog para animar a todo el mundo a cocinar en casa,

a utilizar un buen producto y a entender que con cariño y dedicación, cualquiera puede hacer cosas ricas.

Para mi el éxito en la cocina son tres cosas: Técnica, trabajo y pasión

La pasión y el trabajo vienen solos, pero la técnica hay que adquirirla, y eso es lo que yo os quiero enseñar, gracias a los cursos que imparto Online.

¡Gracias a el Camino Verde por pensar en mi para esta colaboración en su Newsletter!, un besito Paul, te auguro mucho éxito. Aquí os dejo una receta, muy sencilla de hacer, con producto de temporada y con un éxito asegurado:

CRUMBLE DE MELOCOTÓN Y HELADO DE MASCARPONE

Este Crumble he decidido hacerlo un poco diferente, es decir, normalmente se hornea las frutas junto con el Crumble, pero yo he decidido hornearlo por separado para luego ponerle helado en medio del melocotón y el Crumble, y a quedado espectacular! una combinación perfecta y súper agradable al paladar.

Para el melocotón:

- 4 melocotones, pelados y a trozos pequeños
- 50gr de mantequilla a daditos muy fría.
- 1 chorrito de ron
- 50gr azúcar moreno

Precalentar el horno a 200°C. Juntamos todos los ingredientes y los ponemos en una fuente para el horno. Horneamos unos 15 minutos hasta que el melocotón esté bien tierno y caramelizado. Reservamos.

Para el Crumble:

- 100gr mantequilla ¡muy fría!
- 100gr harina de repostería
- 100gr harina de almendra
- 50gr de azúcar
- una pizca de sal

Lo juntamos todo en un cuenco y vamos mezclando los ingredientes con las yemas de los dedos, desmigando y formando como unas migas, hasta que esté todo bien repartido.

Lo ponemos en una bandeja de horno con papel sulfurizado y lo horneamos a 200°C hasta que esté doradito (¡ojo no se nos queme!) Reservamos.

Para el helado de mascarpone:

(recomiendo hacerlo el día anterior)

- 250gr de mascarpone
- 3 huevos
- 70gr azúcar
- 1 cucharada glucosa (opcional) o miel suave

Separamos las yemas de las claras. Montamos las claras a punto de nieve. Batimos las yemas con el mascarpone, la glucosa y el azúcar. Añadimos las claras a la mezcla de mascarpone con cuidado y con movimientos envolventes, para que no se bajen las claras.

Lo ponemos en un tupper o recipiente para el congelador. Lo ponemos en el congelador y batimos la mezcla cada 30 minutos durante las tres primeras horas. Luego lo dejamos una hora más en el congelador y ya lo podemos usar.

Montaje:

En el fondo de un vaso o un cuenco, disponemos el melocotón caramelizado, encima ponemos helado y acabamos con el Crumble por encima.

Podemos decorar con unas hojitas de menta como he hecho yo, o con grosellas por ejemplo, eso a vuestra elección! Está muy rico, se hace en un momento y es barato. ¿Qué más se le puede pedir?



Os recuerdo a tod@s que DvicioBarcelona y yo seguimos con el concurso Recetas de Verano. Participar es tan fácil como hacer una foto a los platos que haces tú para el verano, y enviárnoslo junto a un breve escrito diciéndonos como lo preparas!!! Grandes premios os están esperando!

