

Arroz de Mercearía



22

Ingredientes

- 200 gr. de arroz cocido
- 150 gr. de palmito
- 100 gr. tomate concase
- 10 gr. de ciboulette
- 20 ml. de aceite de oliva

Preparación

En un sartén ponga el aceite de oliva y pre-caliente. Enseguida ponga el arroz cocido junto con el tomate, una parte del palmito y mezcle parejamente.



Presente en un boll de porcelana y decore con la otra parte del palmito y el ciboulette.

Recetario
palmito

23

Cocktel Tropical de Palmito

Ingredientes

- 100 gr. palmito
- 50 gr. de mayonesa
- 20 gr. de queso parmesano
- 1 tomate pequeño
- 30 ml. de yogurt natural
- 20 ml. de aceite de oliva
- 20 gr. de betarraga cortada
- 10 gr. de ciboulette para decorar



Preparación

En una copa de martini poner la mitad del palmito decorando en forma de una flor. Al medio poner una pasta hecha con la mayonesa y el yogurt, seguir decorando con las medias lunas de tomate, mezcle el aceite con la betarraga y golear por en cima con este preparado, después finalizar con el ciboulette cortado y el queso parmesano.

Recetario

2



3

Delicatessen de Palmitos



8



Ingredientes

- Media tostada de pan blando
- 50 gr. de palmito entero
- 100 gr. de palmito cortado
- 100 gr. de mayonesa
- Una hoja de lechuga
- 50 ml. de aceite oliva
- 10 gr. de ciboulette cortado fino

Preparación

Cortar la tostada en formato triángulo. Mezclar el palmito cortado con la mayonesa. Poner esta mezcla sobre la tostada y decorar con palmito entero a gusto. Llevar al horno pre-calentado a temperatura media por 5 minutos. Servir sobre una hoja de lechuga y perfumar con el aceite de oliva y el ciboulette cortado.

Recetario

9

Entrecot Dijon



18

Ingredientes

- 300 gr. de lomo
- 100 gr. de berenjena cortada en rodaja
- 30 gr. de mayonesa
- 20 gr. de queso parmesano
- 150 gr. de palmito cortado a su gusto
- 50 ml. de crema de leche
- 15 gr. de mostaza
- 30 ml. de aceite de oliva
- 10 gr. de zanahoria cortadita

Preparación

Corte el lomo en formato de entrecot. Lleve a la plancha para cocinar. Mezcle la mayonesa con el queso parmesano y coloque sobre el lomo y gratine grilla la berenjena bañada con aceite de oliva hasta que este dorada. En seguida mezcle la mostaza y crema de leche colocar esta preparación al centro del plato. Ponga la berenjena sobre la salsa de mostaza y el lomo sobre la berenjena decorando con el palmito, aceite de oliva y zanahoria cortadita.



Recetas

19

Fantasia de Palmito



14



Ingredientes

- 200 gr. de pollo
- 150 gr. de papa
- 150 gr. de palmito
- 1 tomate
- 50 gr. de queso crema
- 100 ml. de aceite de oliva
- 20 ml. de aceto balsámico
- 20 ml. de aceite de oliva
- 1 ramo de hierba buena
- Perejil cortado fino
- 10 gr. de albahaca

Preparación

Abra el pollo en forma de mariposa. Filete 100 gr. de palmito y envuelva con el pollo haciendo un roll, lleve al horno hasta cocinar .

Corte el tomate por la mitad, mezcle el queso con 50. de palmito, aromatice con aceite de oliva.

Rellene el tomate con esta preparación. Triture las papas junto con la albahaca, un poco de aceite de oliva hasta quedar en forma de mousse.

Arme el plato a su gusto decorando con el aceto balsámico, el aceite de oliva y el perejil cortado.

Recetas

15

Feche de Palmito con Camarones



Preparación

Asegurar seis unidades de palmito, tres de cada lado con la ayuda de unos mondadores, colocando los camarones al medio asegurando por cada lado con el ciboulette. Sazonar la preparación con sal y pimienta. Poner al horno a temperatura media por aproximadamente 5 minutos.

Para el puré de apio poner la papa procesada con el apio a fuego medio hasta que tome consistencia. Añadir la leche y sazonar con sal y pimienta a gusto. Poner en un pocillo para emplatar.

Ingredientes

FECHE

- 2 unidades de camarón
- 160. de palmito
- 2 unidades de ciboulette

PURÉ DE APIO

- 100 gr. de papa procesada
- 20 gr. de esencia de apio
- 25 ml. leche
- Sal y pimienta a gusto



10

Recetario

11

Neguimaki de Palmito

Ingredientes

- 200 gr. de filete de lomo de res
- 100 gr. de palmito
- 2 ramos de ciboulette
- 50 ml. de puré de tomate
- 20 ml. de puré de tomate
- Una pizca de orégano
- 100 gr. de arroz cocido al dente
- 10 gr. de hierbas buena fileteada
- 20 gr. de mantequilla



Preparación

Con un abatador abra la carne formando un disco. Rellene con el palmito y asegure con el ciboulette lleve al horno caliente hasta cocer la carne. En seguida corte en dos formando un roll.

Mezcle el aceite de oliva con el puré de tomate sazone con sal pimienta y orégano. En un sartén ponga la mantequilla, arroz cocido y hierba buena. Sirva en un pocillo mini y arme el plato a su gusto.



16

Recetario

17

Roll de Trucha con Palmito



Ingredientes

- 200 gr. de filete de trucha rosada
- 100 gr. de palmito
- 100 gr. de papa procesada
- 1 rama de albahaca
- 20 gr. de queso crema
- 5 ml. esencia de menta
- 50 ml. aceite de oliva
- 30 ml. leche
- 2 ramas de ciboulette para decorar

Preparación

Envolver los palmitos con la trucha haciendo un roll. Poner al horno por 5 minutos a temperatura alta. Para el puré mezclar la albahaca con la papa y la leche a fuego medio hasta que tome consistencia. Sazonar con sal y pimienta a gusto y poner en un pocillo para

emplatar. Servir en un plato de su preferencia. Poner la trucha en una esquina y en la otra, el pocillo con el puré. Mezclar la menta con el queso formando un gel verde y pintar con esta preparación el plato.



12

Recetas

13

Terrine de Palmito

Ingredientes

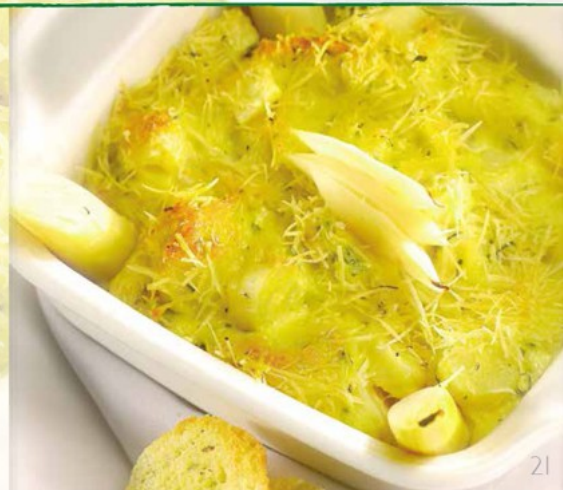
- 300 gr. de palmito cortado
- 100 gr. de mayonesa
- 40 gr. de parmesano
- 20 ml. de aceite de oliva
- Una pizca de orégano



Preparación

Mezclar todos los ingredientes.

Ponga en una asadera de inox. Lleve al horno caliente hasta gratinar. Decore con puntas de palmito y sirva caliente.



20

Recetas

21

Tornedor de Francia



Ingredientes

- 250 gr. de filete de lomo
- 200 gr. o 150 gr. de palmito
- 50 gr. de betarraga en juliana
- 50 ml. de aceite de oliva
- 2 ramos de ciboulette
- 2 ramos de perejil
- 10 gr. de ciboulette cortado

Preparación

Corte el lomo en forma redonda. Lleve a la plancha hasta cocinar. Haga un atado con el palmito y el ciboulette. Mezcle el aceite de oliva con la betarraga. Arme el plato a su gusto y sobre el lomo ponga el aceite con betarraga. Decore con el ciboulette cortado y las ramas de perejil.

