



Projecte :APS Oli Serra de Tramuntana
Coordinador: Juan Antonio Fernández Vila



Ies Guillem Colom Casasnovas (Sóller)

Grup d'actuació: 1 cicle formatiu de cuina i gastronomia.

Web del projecte: <http://oli-serra-tramuntana.blogspot.com.es>

Video projecte: <https://youtu.be/cRtwii1k3M4>

Descripció:

- * Elaboració d'un catàleg de l'estat actual de les tafones.
- * Estudi de l'història de l'oli. Visites a tafones.
- * Tast, elaboració i aplicacions gastronòmiques.
- * La cultura de l'oli (música, fotografia, art, literatura).

Servei: 11 de maig presentació projecte i show cooking .

Lloc: Plaça Constitució (Sóller)

Hora: 10:30



SHOW COOKING

Dia 11 de Maig. Plaça de la Constitució.



Show Cooking . IES Guillem Colom Casanovas

Fira de Sóller. 11 maig 2018

Activitat: dins el marc del projecte Aprentatge Servei Serra de Tramuntana

Activitat demostrativa de cuina a Sa Plaça de Sa Constitució.

Horari:

10:00 -10:45 show cooking "la cuina de l'oli" .

Cruixent de pa amb oli amb confitura de tomàtiga.

11:00 - 11:45 show cooking "la cuina de l'oli".

Escabetxo de peix amb oli d'oliva i taronges .

12:00 - 12:45 show cooking "la cuina de l'oli" .

Besquit d'oli d'oliva amb xocolata i fraules amb pebre verd

Necessitats.

Punt de corrent elèctric

Tres taules llargues/tableros

Carpes

Contacte : Juan Antonio Fernández Vila

Telefon: 665 670 346

Organitza: IES Guillem Colom Casanovas

Per a una formació de qualitat!



IES Guillem Colom Casanovas
Avinguda Juli Ramis n°34
TEL: 971 63 35 14
fax: 971 63 32 18



FORMACIÓ
PROFESSIONAL **F**
ILLES BALEARS

Més informació:
<http://formacioprofessional.caib.es>

CRUIXENT DE PA AMB OLI

Ingredients per a 2 persones

4 tallades fines de pa. (Podem tallar el pa amb una màquina de tallar carn freda)

2 tomàtiques de ramellet i 8 cherrys per a decorar

1 ceba picadeta ben fina.

Un poc de romaní picat.

Oli d'oliva Verge D.O " Oli de Mallorca"

Sal fina i sal de Cocó.

Pebre bo negre.

100 grams de formatge maonès. (O un altre tipus de formatge)

Elaboració

Tallarem unes llesques fines de pa i les posarem entre dos papers de cuina i amb l'ajuda d'un corró les aprimarem tot el que puguem. Si volem tallar-les finetes directament podem posar el pa dins els congelador pel tal de que s'endureixi una mica (amb una hora basta) i passar-lo per la màquina talla carn freda .

Aquestes llesques primetes de pa les assaonarem i les regarem amb oli d'oliva.

Apart sofregirem un poc la ceba picada i la tomàtiga picada . Ho posarem be de sal i pebre bo.

Untarem el pa amb el sofregit li posarem un bocí de formatge i ho enrodillarem sobre si mateix , subjectant-lo amb un escuradents. Val mes embolicar el pa tot d'una i no deixar-lo massa temps amb la tomàtiga untada si no volem que se'ns reblaneixi .

Tot d'un fregirem durant un parell de segons els rodets de pa i el servirem calent amb un poc de sal gruixada per sobre i acompanyat amb les tomàtiquetes. Si volem reduir el greix a la elaboració podem fer-los al forn.

Decorarem amb unes fulles verdes i una punteta de confitura de tomàtiga que farem posant a coure 100 grams de tomàtiga , 75 grams de sucre, un poc de canyella en branca i una pell de llimona. Tot ha de coure fins que es confiti a foc fluix (més o manco 20 minuts).

La recepta del pa amb oli fou documentada per primer cop en el segle XVIII pel capellà mallorquí Jaume Josep Bernat Martí i Oliver. En el seu origen el pa amb oli , pels ingredients que porta, podem deduir que es tractava d' un menjar tradicional d'estiu , de pagès. Suposo que amb la idea de reblanir el pa més dur, s'hi fregava un poc de tomàtiga i es regava amb oli . I també es fàcil deduir que en funció del poder econòmic de la família el companatge devia variar bastant. És un plat simple i de tal senzillesa, que per això aviat es degué esdevenir habitual dins la cultura mallorquina.

Si bé es cert que altres regions espanyoles elaboren algunes receptes , que s'hi podrien semblar , el pa amb oli sols a arrelat fermament a terres dels països catalans.

No cal a dir que el resultat de un pa amb oli , depèn 100 % de la qualitat dels productes que hi posem , així si el pa és de forn de llenya, les tomàtiques del nostre hort i l'oli de les oliveres de la Serra de Tramuntana, assolirem un plat digne de Reis.



GRUP SHOW: Carol / Josep/ Mon/Marc Bestard/ Vicenç/ Alex Costa

SPEAKER: Carol

Escabetxo de peixet amb suc de taronja.

Ingredients per a 10 pax.

200 grams de peix per persona.

2 cebes tallades en juliana.

2 pastanagues tallades en juliana

½ litre d'oli d'oliva.

½ litre de suc de taronja

½ litre de vinagre (+/-)

Alls

Llorer.

Sal, pebre bo negre molt, pebre bo dolç i pebre bo negre en gra.

Elaboració.

Netejau i tallau a racions el peix. Enfarinau-lo i fregiu-lo lleugerament fins que agafi color daurat. Disposau-lo dins un recipient. Dins el mateix oli fregiu les verdures, l'all, i el llorer. Quan tot agafi color afegiu-hi una cullerada de pebre bo dolç i tot seguit el vinagre. Assaonau be i afegiu-hi el suc de taronja. Deixau-ho coure uns 5 minuts. Ja per acabar podeu afegir aquesta salsa al peix i feis-ho coure uns 10 minuts a foc fluix.

El farem de ratjada i li afegirem els cruixents de les seves espines:

Posem la resta de la farina en una bossa i fiquem dins els cartílags de la ratjada (separats i un poc raspats) tamcam la bossa i agitem i tindrem tots els cartílags enfarinats, els fregim en l'oli restant i assaonem.

Decoració: taronges al natural



GRUP SHOW: Bordoy/Igarza/ Laia / Duque/ Esteve/ M. Lluís / Pau / George
SPEAKER: Duque

Besquit escuma de taronja amb oli d'oliva, xocolata i fraules

Besquit escuma de taronja

180 grams d'ous i 20 grams d'oli

60 g ametlla crua

50 g sucre

60 g farina

100 g suc de taronja

Ratlladura d'una taronja

Posar tots els ingredients en una batidora i triturem fins aconseguir una crema sense grumolls. Colar i introduir en un sífo de ½ litre, carregem amb una carrega de N₂O. Omplir un tassó de paper fins una mica més de la meitat. Posar el tassó al microones just al centre i cuinem a màxima potència (900W) durant 40-45 segons, Treure el tassó del microones i el deixem cap per avall fins que refredi perquè no perdi la forma.

Repetim el procés amb la resta d'escuma.

Una vegada hagi refredat desemmotilarem passant un ganivet per les vores i servim.

Fraules

AI PEBRE VERD

INGREDIENTS: 50 grams de mantega, 50 grams de sucre, 2 cullerades de cafè de pebre verd en gra, la pell de ½ taronja, 1 decilitre de Cointreau, ½ decilitre de rom, el suc de 2 taronges, 250 grams de maduixes

ELABORACIÓ: Fondre la mantega en un sauté a foc lent, afegir el sucre i coure fins aconseguir que això caramel·litzi. Afegir les boles de pebre i la pell de taronja tallada en juliana i mantenir al foc durant uns instants. Flamblear aquesta barreja amb els licors i deixar reduir una mica, mullar amb el suc de taronja, deixar coure durant uns minuts i reservar. En el moment de servir, escalfar el suc de taronja aromatitzat i afegir les maduixes tallades a quarts, deixar coure durant 1 minut i servir calent juntament amb una bolla de gelat de vainilla o d'avellana.

XOCOLATA:

Ingredients : 250 grams de xocolata fondant, 125 grams d'aigua, 200 ml. de nata (min. 18% M.G.), 25 grams de sucre.
elaboració

Posa a escalfar en un cassó la nata, l'aigua i el sucre, mentre s'escalfa barreja bé amb les varetes manuals perquè la nata espessa i el sucre es dissolguin bé. Quan comenci a bullir, retira el cassó del foc i incorpora la xocolata trossejada a poc a poc. Ves mesclant la xocolata amb una espàtula de silicona o estri de cuina similar fins que estigui totalment fos i obtinguis una salsa de xocolata fina, brillant i homogènia.

Deixa-ho refredar en un altre recipient, segons el cassó que utilitzis, així evitaràs que la salsa de xocolata es quedi agafada al fons. Aquesta salsa està pensada per a ser utilitzada en fred, però també es pot servir calent. Pots passar la salsa de xocolata a un biberó o a un recipient amb tapa i conservar a la nevera per disposar-ne sempre que vulguis banyar les teves postres. Amb les quantitats indicades obtindràs uns 550 ml. de salsa de xocolata, si vols més quantitat o menys, només cal augmentar o disminuir els ingredients proporcionalment.

GRUP SHOW: Arnau/ Verdera / A Ribas Joel/ M. Ribas / Fede / Pons

SPEAKER: Pons