



Activitats patrocinades per:



Programació cuina en viu de l'11 al 16 de maig

Dilluns 11 de maig. Es Firó (11:30h)

Carlota de conill amb albergínies.

Dimecres 12 de maig (11:30 h)

Brandada de bacallà.

Dissabte 16 de maig (17:30h)

Va de gelats by Fet a Sóller

Truita Alaska (bescuit, merenga i gelat)



<https://www.facebook.com/juanantonio.fernandez.906> <https://www.instagram.com/juananxef>

<https://www.youtube.com/user/juanansoller>



Activitats patrocinades per:



<https://www.facebook.com/juanantonio.fernandez.906> <https://www.instagram.com/juananxef>

<https://www.youtube.com/user/juanansoller>

Programació cuina en viu del 18 al 23 de maig

Dilluns 18 de maig. (11:30h)

Peix amb soufflé de gambes i salsa de taronja.

Dimecres 20 de maig (11:30 h)

Mossegades de burdell amb verduretes amb salsa de safrà

Dissabte 23 de maig (17:30h)

Va de gelats by Fet a Sóller

Bunyols de fruites amb gelat i caramel de sèsam.



Dia 23 de maig serà la darrera sessió de cuina en directe amb el format setmanal actual de 3 dies setmanals. A partir d'ara passam a l'horari "d'estiu". **Ens veiem cada dimecres a les 20:00 h.**

Moltes gràcies a tothom, de tot cor.

Juan Antonio Fernández Vila.

Brandada de bacallà

INGREDIENTS

1000 grams de bacallà dessalat, 30 cl d'oli, 10 cl de llet, 2 dents d'all, 5 patates, dues llesques de pa, oli per fregir, llorer i sal

ELABORACIÓ

El dia abans rentarem bé el bacallà i el posarem en remull 24 hores. Cada 8 hores l'hi anam canviant l'aigua. Ara, el bacallà ja estarà totalment dessalat. El tastarem una mica per comprovar-ho. Penseu que no es un producte cru, ja que s'ha curat en sal. Per últim, el tornam a rentar.

Posam una bona quantitat d'aigua a bullir en una olleta amb un parell de fulles de llorer. Quan bulli amb força submergirem el nostre bacallà i contarem 5 segons. El deixam refredar dins l'aigua (aturada) i el posam a escórrer. Ara aprofitarem l'aigua d'escaldar el bacallà per coure la patata. La cuinarem uns 20 minuts, fins que quedi fluixeta.

Mentrestant, anirem esmicolant el bacallà i li traurem la pell i les espines, si en té. La millor manera de detectar espines és utilitzant els dits amb les mans sempre ben netes, és clar.

Ara, preparem l'oli. Uns 30 centilitres... que equivalen a 300 mil·lilitres. El posem en una paella a escalfar a foc lent. Hi incorporem l'all tallat...i deixem que aromatitzi l'oli. No ha d'arribar a fregir-se. El traieu del foc. Ja tenim la patata cuita. La feim trossos i l'afegim al bol amb el bacallà esmicolat. En aquest punt hi incorporarem la llet calenta, poc a poc i amb l'ajuda d'una batedora elèctrica l'anirem integrant. Us quedarà una pasta enganxosa. A continuació hi anirem afegint l'oli poc a poc... ..i amb la batedora ho emulsionarem tot plegat. Us ha de quedar una textura cremosa i untuosa. Tasteu-ho de sal. En principi no caldria afegir-ne però si l'heu dessalat bé....us en admetrà una mica.

Ja podem omplir cassoles individuals (o be farcir patates bullides) amb la nostra brandada. Prepararem el forn per a gratinar a 190°-200° graus. I malgrat que no s'ha d'incorporar formatge a la brandada...a molt llocs ens ho presenten gratinat. Acompanyarem la brandada amb unes llesques de pa fregit que tallarem al biaix.

Posau una mica d'oli en una paella i quan estigui ben calent poseu-hi el pa. Fregiu-lo per totes dues bandes i reserveu-lo en un paper absorbent. Posam a gratinar la brandada durant uns 10-12 minuts. Finalment, hi afegirem la llesca de pa fregida i servirem. Ben calenta, sobretot.



Activitats patrocinades per:
 **MERCAT MALLORCA.es**
BY FET A SOLLER

Soufflé de peix amb marisc

Ingredients per persona:

200 grams de peix per persona, sal / oli i llimona, 200 grams de marisc variat, 1 copa de cognac
Soufle: 60 grams de mantega, 30 grams de farina, 250 ml de llet, 4 dl de nata, 5 ous
Sucre i 5 taronges per a la salsa.

Elaboració:

- Netejau be el peix.
- Folrrau uns motlles amb mantega i pa rallat .
- Preparau un sofregit amb el marisc, picadet i el flambejau amb un poc de cognac afegiu al sofregit les xalotes picades, assaonau i reservau.
- Preparau una beixamel amb la mantega, la llet, la nata i la farina. Assaonau-la bé.
- Separau els blancs dels rovells dels ous i afegiu aquests darrers a la beixamel sense deixar de remenar.
- Mesclau bé i tot seguit afegiu ,amb molta suavitat, els blancs d'ou pujats a punt de neu.
- Ara sols queda abocar la mescla dins els motlles que duren una base amb el peix (untats amb mantequilla o folrrades amb paper antiadherent) i coure l'elaboració al bany maria uns 20 minuts amb el forn a 180°C. També e spot fer sense motlles i posant una llesca de peix sobre una palangana i cobert de soufflé.
- Serviu-ho tot d'una amb unes verduretes



Activitats patrocinades per:



Carlota de conill i albergínies a la mostassa.

Ingredients: 5 pax.

Un conill mitjà (1 kg. Aprox.), 5 albergínies. 1 porro, api blanc, una cullerada sopera de mostassa, pebre verd en gra, sal, pebre blanc mòlt, 2 manats d'espínacs, 2 ous sencers i 1 blanc d'ou, 1/2 litre de nata i 4 pastanagues

Elaboració:

Desossar el conill, i tallar-lo a quadres petits, assaonar i daurar-lo a l'forn o en una pella 5 minuts. Ofegar el porro i l'api (en juliana fina), fins que estiguin tendres, no daurat. Després afegirem la nata, la mostassa i les boles de pebre verd, rectificar de sal i deixar reduir.

Un cop espessit afegirem el conill i reservarem. A part tallarem les albergínies (netes i amb pell), lames. Fregir-les en abundant oli calent i deixar escórrer. Amb elles folrar els motlles, pintar els interiors amb blanc d'ou i omplirem amb el conill en salsa que haurem lligat amb els dos ous sencers

Enfornarem 5/10 minuts. Acompanyarem amb un llit d'espínacs saltats i unes pastanagues glacejades



Activitats patrocinades per:



Mossegades de Burdell

Ingredients 5 persones

5 kiwis, 10 fresas, 10 gambes, 10 muscles , 200 grams farina
200 grams pa rallat, 3 ous, oli oliva, 5 dl nata i safrà en branca

Elaboració : En un escuradents o broqueta anau alternant trossets de fruites, fraules i kiwis, amb gambes i muscles, un poc assaonat amb sal i llimona. Ho pasau per farina, ou i galleta (sempre en aquest ordre) i ho fregiu. Apart dins una olleta feis una reducció de nata i safrà, ho rectificau de sal i la usau com a salsa de ses broquetes.



Activitats patrocinades per:



Bescuit Amazònia **(truita Alaska)**

Ingredients:

1 planxa de bescuit (8 ous , 200 grams sucre i 200 grams farina)
12 ous (usarem els blancs més o manco 400 grams)
400 grams de sucre
100 grs de cireres confitades
licor de taronja
sucre en pols
1 litre de gelat de vainilla

Elaboració:

Disposeu sobre una palangana una capa de bescuit fet nostre que heu d'emborratjar generosament (almívar amb un poc de licor). Si no voleu fer el bescuit podeu posar un abase de magdalenes, galletes dolçes o medritxos. A Sobre posareu una capa de gelat i sobre el gelat una bona capa de merengue (tpt sucre / blanc d'ou pujat a punt de neu).Gratinau l'elaboració i serviu-la flamejada amb el mateix tipus d'alcohol que heu emprat per a emborratjar-ho. Ja per acabar col·locau sobre el merengue les cireres confitades i espolvoretjau-ho tot amb el sucre en pols



Bunyols de fruites amb cervesa

Ingredients per a 4 persones.

2 pomes

2 peres

2 plàtans

1/2 litre de cervesa.

llevat de pa 20 grams

sucre i canyella

Farina.

Oli de girasol

Elaboració.

Pelau i tallau les fruites en trossos grossos i deixau-los en remull dins la cervesa uns 30 minuts. Colau i afegiu-hi a la meitat de la cervesa usada , el llevat i la farina fins a aconseguir una crema untuosa, dins la que pasarem les fruites, per després escórrer un poquet i fregir dins oli ben calent. Un cop fredes passar-les per sucre i canyella i servir.

Bunyols cruixents de plàtan i sèsam

ingredients 4 pax:

4 plàtans, 25 grams de maizena, 25 grams de farina, 1 ou, un poc de sal i cullerada d'oli de girasol.

Elaboració:

Tallau els plàtans a trossos regulars. Mescalu la resta d'ingredients fins a aconseguir una crema homogènea . Passau la fruita per aquesta crema i fregiu-la dins abundant oli calent .

Acabau aquest postre amb un **caramel.lo de sèsam**.

Ingredients: 200 grams de sucre, 25 grams de mantega 2 cullerades de llavors de sèsam:

Posau a coure tots els ingredients fins a aconseguir una caramel.lo daurat en el que sumergirem els plàtans fregits , que posteriorment remullarem ràpidament dins un bol amb aigua i gel a fi

d'aconseguir una coberta cruixent.