

el plato del **chef**

MERLUZA

en salsa verde con
espárragos y alcachofas



SABER MÁS

Con espíritu investigador. Incansable estudioso de las texturas del aceite de oliva, ha creado pan, pasta e incluso caramelos con él. Su saber lo ha compartido en una gira internacional: *Olive Oil World Tour*. www.pacoroncero.com.

De la mano de un maestro, **Paco Roncero**, y en un espectacular marco, el restaurante **La Terraza del Casino** de Madrid, nos acercamos a un sencillo plato de pescado en el que se apuesta por el **producto**, pero con alardes extremos de **ingenio, creatividad y buen hacer**.

► por Ana de Letamendía ► fotos F. Ramajo

PARA 4 PERSONAS

50 min 20 min mínima

- 4 lomos de merluza de 175 g cada uno
- 8 cocochas de merluza
- 4 espárragos blancos
- 2 alcachofas
- 500 ml de fumet de pescado
- 1 cucharada de harina
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 1 diente de ajo
- 100 g de perejil
- pimienta
- sal.

1 Picar el ajo y rehogarlo en 1 cucharada de aceite. Escurrir y reservar. Calentar en un cazo 1 cucharada de aceite y añadir la harina (a esta mezcla base que se usa para espesar se la denomina *roux*). Mover con varillas y tostar la harina ligeramente para que no sepa a crudo. Verter el *fumet*, añadir el ajo y mezclar. Reservar.

2 Pelar los espárragos con ayuda de un pelador, desechando la parte más leñosa. Sacar unas tiras anchas y finas y cortarlas en juliana superfina. Pelar las alcachofas y los tallos, cortar las puntas para que sólo quede el fondo, retirar el heno con un vaciador y trocearlas en 4 partes.

3 Calentar 1 cucharada de aceite en una sartén, poner los lomos de merluza con la piel hacia abajo y dorar durante 4 minutos; dar la vuelta y continuar 2 minutos más. Salpimentar las cocochas y marcarlas en aceite bien caliente 2 minutos por cada lado.

4 Escalfar el perejil durante 15 segundos en agua hirviendo con sal. Escurrir y enfriar. Una vez frío, licuarlo con 2 cucharadas de agua helada. Disponer el *roux* en un cazo y añadir el jugo de perejil. Saltear en 1 cucharada de aceite la juliana de espárragos y las alcachofas. Mojar con 3 cucharadas de salsa de perejil y dar un hervor. Incorporar la merluza y las cocochas para que se calienten. Disponer el pescado en el centro del plato, saltear por encima y acompañar con las verduras.



Protagonista del cambio

El panorama culinario madrileño está viviendo una auténtica revolución. Uno de sus precursores es Paco Roncero, chef y director de La Terraza del Casino y del 'gastrobar' Estado Puro. Y es que el máximo representante de la cocina madrileña de vanguardia domina magistralmente las más evolucionadas técnicas de cocina, posee una desbordante imaginación, una sensibilidad innata y una gran capacidad de innovación. Ha sido reconocido con 2 estrellas Michelin y es, además, autor de los libros *Bocadillos y ensaladas* y *Tapas del siglo XXI* (editorial Everest). Es Premio Nacional de Gastronomía y en la última edición de Madrid Fusión fue nombrado Cocinero del año.



Cocinero del año en la última edición de Madrid Fusión.

50 min preparación

20 min cocción

mínima dificultad

el plato del **chef**



En verano te recomendamos disfrutar del universo gastronómico de Roncero al aire libre, en la maravillosa terraza del restaurante. **Sus vistas son, simplemente, espectaculares.**

El restaurante

La azotea del Casino de Madrid alberga uno de los cinco mejores restaurantes de la capital, **La Terraza del Casino**, un espléndido espacio gestionado por NH Hoteles. En 2007, el decorador internacional Jaime Hayón renovó el local con mimo para conseguir una atmósfera **que envuelve al comensal** y que conecta a la perfección con la cocina imaginativa de Roncero.

Esta filosofía de cuidar los detalles se extiende también a todos los planos. **La bodega**, bajo la supervisión de la sumiller María José Huertas (Premio Nacional de Gastronomía 2003), alberga más de **900 referencias** muy escogidas, y el **servicio**, a cargo del premiado como Mejor Jefe de Sala 2009, Alfonso Vega, es **exquisito e impecable**. De su cocina cabe destacar la selección de la **mejor materia prima, la constante evolución en las técnicas** y una estudiada **presentación de los platos que forman su carta**.

Además de la carta, disponen de **2 menús**: Degustación (128,40 €) y La Terraza, menú ejecutivo que sólo se sirve a mediodía (64,20 €).

DÓNDE: La Terraza del Casino, Alcalá, 15 (Madrid).
Telf. 915 32 12 75. www.casinomadrid.es.

Los platos de Paco Roncero son **atrevidas joyas** en las que se identifica y se saborea el **producto**.

Los mejores trucos

MEZCLAS HOMOGÉNEAS. El *roux* es una mezcla de harina y grasa (mantequilla, manteca, aceite...). En ocasiones forma grumos; para evitarlos, cuando agregues el *fumet* u otro líquido (caldo, fondo, leche, agua...) caliéntalo previamente y no dejes de batir con las varillas. Esta técnica se usa para ligar salsas básicas: bechamel, española, *velouté*...

ESPÁRRAGOS. Verdes o blancos, siempre que sean frescos, conviene cortar con la mano el extremo leñoso. A continuación, y sobre todo si son gruesos y blancos, es recomendable pelarlos con un mondador desde la yema hacia abajo.

COCOCHAS. Para muchos son las partes más jugosas y apreciadas del bacalao y la merluza. Para la elaboración de esta receta, te recomendamos retirar la piel con un cuchillo afilado. En caso de que las prepares al pilpil, déjala porque contribuirá a dar una textura gelatinosa a la salsa.

CON TODA SU CLOROFILA. Una vez escaldado el perejil y para que conserve su brillante tono verde, escúrrelo y ponlo en un bol sobre hielo. Con esta misma técnica puedes refrescar hortalizas y verduras después de haberlas blanqueado. Es un procedimiento muy útil para mantener el color o impedir que se ennegrezcan. Además, potenciarás su sabor y conseguirás una textura supercrujiente. ■



Perejil. Es, sin duda, el protagonista de la salsa verde. Si solo empleas las hojas, guarda los tallos porque te pueden servir para condimentar sopas y guisos.

MENÚS, RECETAS Y GALERÍAS DE COCINA EN MIAPRACTICA.ES

PRÓXIMO TEMA: ENSALADAS RENOVADAS