

IES JORGE SANTAYANA.

FICHA DE RECETA:

Tapa de croqueta de anchoas

NºPAX: 4

CURSO: 2º DE COCINA Y GASTRONOMÍA/ Modulo de cocina en miniatura

NOMBRE DEL ALUMNO/A: Aylin Valentinova Asenova

GÉNEROS	CANTIDAD	UNIDAD	PRECIO UNITARIO	IMPORTE
Leche	½	L	1'09€/L	0,545 €
Harina	0,160	Kg	0,79€/Kg	0,1264€
Mantequilla	0,080	Kg	10,60€/Kg	0,848€
Fumet	½	L	2,99€/L	1'495€
Filetes de anchoa	0'060	Kg	63'33€/Kg	3'7998€
Cebolla	0'150	Kg	1,45€/Kg	0,2175€
Harina	0,100	Kg	0,79€/Kg	0'079€
Pan rallado	0'100	Kg	0,92€/Kg	0,092€
Huevo	0'060	Kg	4'10€/Kg	0,246€
AOVE	0,150	L	5'85€/L	0,8775€
Sal	0,005	Kg	0'78€/Kg	0,0039€
Pimienta negra	0,005	Kg	14'32€/Kg	0'0716€
Nuez moscada	0,004	Kg	49€/Kg	0'196€

FOTO RECETA



PRECIO POR PERSONA: 2'15€

ELABORACIÓN:

Para ir arrancando picamos en trozos muy pequeños nuestra cebolla. Así vez, podemos ir calentando la leche y el fumet en una olla hasta que la mezcla empiece a hervir.

Del mismo modo, podemos picar las anchoas a cuchillo (tamaño al gusto) mientras derretimos la mantequilla en otra olla y rehogamos nuestra chalota en ella.

Para elaborar nuestra bechamel partiremos de una roux, que se hace mezclando la cebolla y la mantequilla con la harina. Debemos mezclar continuamente hasta que se haga una masa homogénea sin que llegue a tostarse. (Este paso es muy importante para que la bechamel no tenga sabor a harina)

Una vez que tengamos nuestra roux la juntamos con la mezcla de leche y caldo y las anchoas. Salpimentar y calentar la mezcla hasta que espese. Removemos de modo suave pero continuado.

Cuando haya espesado, enfriamos la emulsión en el abatidor hasta que quede compacta.

Llegados a este punto separamos en porciones en la forma que más nos guste y las rebozamos en harina, huevo y pan rallado.

APLICACIONES:

Tapa

UTENSILIOS:

Cuchillo, tabla, sauteau, espumadera, bandeja con papel, bandeja para enfriar la Bechamel, cucharas para hacer la forma de la croqueta

MONTAJE DEL PLATO:

Colocamos la croqueta en el platillo, cortamos un poquito de cebollino y lo espolvoreamos por encima como decoración, y listo!