



# Cocina Francesa



— ESCUELA —

**CURSOSDECOCINA**

comida, familia & amigos

# Sopa de cebolla



5 raciones

## INGREDIENTES:

- 2 cebollas (para sopa)
- 1 cebolla (para garnitura)
- 35 gr de mantequilla
- Pasta ajo a gusto
- 100 cc de vino blanco
- 1 papa
- 500 cc de agua
- 80 gr de azúcar
- Sal y pimienta a gusto
- 50 gr de queso rallado
- Perejil a gusto
- 1/2 pan baguette
- Aceite de oliva a gusto

## DEGUSTACION

La tradicional sopa de cebolla se come bien caliente con unos buenos panes tostados y por supuesto un vino tinto preferentemente. La ventaja es que la puedes preparar con anticipación y simplemente recalentarla en cacerola para que quede igualmente muy buena. Lo que te recomendaría en este caso es tostar los panes al último minuto para que no pierdan su frescura.

## ASÍ SE HACE:

Cortar una cebolla en pluma y llevar a un sartén caliente a punto a humo, cocinar sin remover por 5- 7 minutos y luego ir removiendo de forma lenta hasta lograr la caramelización de esta.

Cortar y pelar cebollas y papas de forma irregular, reservar. Calentar mantequilla con un poco de aceite de oliva y sofreír la pasta de ajo, luego añadir la cebolla previamente reservada y cocinar por 10 minutos hasta que esté blanda.

Apagar con vino blanco y esperamos que evapore el alcohol, luego añadir las papas peladas y el agua. Cocinamos por 20 minutos o hasta que la papa esté totalmente cocinada.

Sacamos del fuego y con una minipimer moler todo hasta que tenga textura de sopa. Rectificamos sabor con un poco de azúcar y luego con un poco de sal y pimienta. Decoramos con queso rallado y perejil picado fresco.

Para la grille de hierbas, cortar el pan baguette en rodajas y esparcir las hierbas y queso rallado, luego añadir un pelo de aceite de oliva al ajo y llevar a un horno 200°C por 5 minutos o hasta que tenga un dorado parejo. Colocar arriba de la sopa de cebollas, servir de inmediato.

# Puré dubarryj



5 raciones

## INGREDIENTES:

- 1 kg de papa
- 200 cc de leche
- 100 gr de mantequilla sin sal
- 250 gr de coliflor
- Nuez moscada a gusto
- Sal y pimienta a gusto

## ASÍ SE HACE:

Para el puré pelamos las papas y las cocinamos en abundante agua con sal por 15 a 20 minutos o hasta que las papas estén bien cocidas para poder hacer un puré. Una vez cocida la papa, sacamos del fuego y escurrimos el agua con la ayuda de un colador y molemos la papa con un prensador o con un batidor manual hasta formar una pasta lisa y sin grumos.

Luego cocinamos la coliflor en agua con sal, hasta que esté bien cocida. Una vez listo molemos con la ayuda de una juguera o minipimer hasta lograr una pasta lisa y homogénea.

Luego calentamos una olla y agregamos las papas molidas y vamos agregando de a poco la pasta de coliflor, hasta lograr un sabor sutil, pero con sabor a coliflor (recuerden que la coliflor tiene un sabor fuerte, no abusar de ello), una vez encontrado el sabor, agregamos la mantequilla y un poco de leche.

Terminamos con bastante pimienta negra recién molida y nuez moscada en polvo, decorar con perejil picado fino, servir caliente.

# Tarte Tatin



5 raciones

## MASA

### INGREDIENTES:

- 150 gr de harina sin polvo de hornear
- 100 gr de mantequilla sin sal
- 50 gr de azúcar flor

## RELLENO

### INGREDIENTES:

- 1 k de manzana verde
- 200 g de azúcar rubia
- Canela en polvo a gusto

## SALSA DE CAMELO

### INGREDIENTES:

- 200 gr de azúcar rubia
- 100 gr de agua
- Jugo de media naranja

### ASÍ SE HACE:

Pelar las manzanas verdes y dejarlas en un bowl con agua para que no se nos oxide, luego cortarlas en 4 si son chicas o en 8 si son un poco más grandes, reservar.

En una sartén u olla pequeña agregamos la azúcar rubia, agua y jugo de naranja, y cocinamos hasta obtener textura de salsa, enmantequillamos el molde y espolvoreamos con un poco de azúcar flor, para luego agregar nuestra salsa de caramelo.

Filtramos nuestras manzanas del exceso de agua y adobamos con azúcar rubia y canela en polvo, mezclamos muy bien y añadimos unas gotitas de limón para intensificar sabor y evitar que se nos oxiden. Luego de tener nuestro molde listo con salsa de caramelo, introducimos las manzanas cortadas en 4 o 8 en forma ordenada y muy pareja, cubriendo todo el molde de forma homogénea, luego reservamos.

Para la elaboración de la masa, disponemos en un bowl la harina formando una corona, luego la mantequilla pomada al medio y nos disponemos a amasar con la punta de los dedos hasta obtener migas, agregamos el azúcar y amasamos hasta obtener una masa homogénea y lisa, refrigerar por 10 minutos.

Luego nos disponemos a estirar la masa con un uslero hasta obtener un espesor de 1 cm de ancho, la colocamos encima de nuestro molde con las manzanas abajo, y con un tenedor hacemos pequeños orificios para que no se levante la masa. Llevamos a un horno previamente caliente a 180°C por 20 a 25 minutos o hasta que esté la masa con un dorado parejo, reposar por 5 minutos y luego dar la vuelta en una tabla o en otro molde. Servir tibio.

# Coq au vin



5 raciones

## INGREDIENTES:

- 3 trutros de pollo
- 2 cebollas moradas
- 2 zanahorias
- 150 gr de tocino
- Aceite de oliva a gusto
- Pasta ajo a gusto
- 400 cc de vino tinto
- 1 bouquet garni
- 50 gr de apio
- 150 gr de champignon paris
- 75 g de maicena
- Sal y pimienta a gusto

## ASÍ SE HACE:

En una olla derretir mantequilla con un poco de aceite y agregamos la pasta de ajo, luego el tocino en brunoise hasta que estén dorados y crocantes para luego agregar la cebolla morada, apio y zanahoria cortada en parmentier, cocinar por algunos minutos.

Luego introducimos el trutro de pollo previamente limpio y separado en trutro corto y largo, dejamos cocinar por 5 minutos, apagamos con el vino tinto hasta que se evapore el alcohol y añadimos el bouquet garni (hierbas aromáticas).

Agregamos un poco de agua hasta tapar los trutos y dejamos cocinar por aproximadamente 40 minutos a fuego medio alto o hasta que el pollo esté tierno y jugoso. Rectificamos sazón con sal y pimienta.

Unos 5 minutos antes de terminar añadimos a la cacerola los champiñones paris en cuartos, una vez listo disolvemos la maicena en un poco de agua fría y espesamos el jugo de la cocción del coq au vin hasta formar una salsa homogénea y lisa, decoramos con perejil picado fino y servimos caliente.