



CARME RUSCALLEDA

GASTRONOMÍA 'ANTIAGING'

UNA RECETA DEL CHEF RAÚL BALAM (RESTAURANTE MOMENTS DEL HOTEL, MANDARIN ORIENTAL) Y EL DOCTOR MANUEL SÁNCHEZ (CLÍNICA PLANAS)



FOTO XAVIER GONZÁLEZ

Pollo de payés a la vinagreta de berenjenas

Una receta ideal para recibir en casa, llevarse a un 'pic-nic' o para aperitivos gourmet

4 RACIONES

PARA LA COCCIÓN DEL POLLO:

1 pollo de cría ecológica, muy limpio, cortado a 1/8 (repelar las patas, la cresta y la molleja).

200 g de tocino entreverado ibérico a dados regulares de 2 x 2 cm.

2 cebollas en juliana.

2 puerros en juliana.

1 bouquet garni con laurel, tomillo (y, si disponemos, orégano fresco).

200 ml de vinagre de Jerez.

200 ml de Jerez seco.

1 litro de agua mineral.

1 litro de aceite de oliva.

Sal y pimienta blanca.

PARA LAS BERENJENAS:

500 g de berenjenas ecológicas.

Sal y aceite de oliva virgen extra.

PARA LA PIEL VIOLETA DE LAS BERENJENAS:

125 g de carne de oliva negra.

25 g de aceite de oliva virgen extra.

1/2 litro de agua.

35 g de gelatina vegetal.

LA COCCIÓN DEL POLLO

1. En una cacerola muy amplia, con un poco de aceite, dorar los dados de tocino. Cuando estén dorados, añadir las verduras y el bouquet garni. Salpimentar y dejar sofreír hasta dorar.

2. Incorporar el Jerez, el vinagre, el agua y el aceite. Colocar en la cazuela los trozos de pollo y salpimentarlos. Añadir las patas, la cresta y la molleja. Debe quedar bien cubierto de líquido (si fuera necesario, cubrir con una proporción justa de agua, aceite, vinagre y Jerez seco).

3. Dejar arrancar el hervor y cocer durante 60 minutos a fuego muy suave y tapado. Pasada la hora, destapar y dejar cocer 60 minutos más también a fuego muy suave. Afinar el punto de sazón y dejar enfriar dentro de la cazuela (quedará en el fondo una gelatina natural).

LA PIEL VIOLETA

1. Triturar las aceitunas con el agua y colar.
2. Mezclar con el aceite y la gelatina, arrancar el hervor y reservar.

FINALIZACIÓN Y PRESENTACIÓN

Extender en el fondo del plato unos dados de gelatina de cocción (sin grasa). Colocar 1/4 de pollo a trozos (y sin la piel) y añadir 5 piezas de berenjenas*.

Opcional: colocar sobre cada pieza de berenjena una hoja de perejil frita al punto chip. Aliñar con un hilo de aceite de oliva virgen extra con mostaza antigua.

Para 1 ración antiaging:

30 g de gelatina de cocción.
130 g de carne de pollo.
65 g de berenjenas (5 piezas).
1 g de aceite de oliva extra virgen.
1 g de mostaza antigua de grano.

*Puede solicitar la receta de las berenjenas a carne@ruscalledda.cat