

IRUÑEKO
EKOMERCADO
DE PAMPLONA

Sukaldaritza klase magistrala
Clase magistral de cocina

Sukaldari gonbidatua: Jose Aguado.
Tuterako Topero jatetxeko sukaldaria.
Cocinero invitado: José Aguado.
Cocinero del Restaurante Topero de Tudela.

EKOENCUENTRO

ALCACHOFAS FRITAS CON
GUIISO DE CORDERO
ORBURU FRUITUAK
ARKUME-GISATUAREKIN



Osagaiak

Ingredientes

2 belaupe

2 jarretes

4 orburu pertsonako

4 alcachofas por persona

50 gr almendra gordin

50 gr de almendras en crudo

2 baratxuri-ale

2 dientes de ajo

50 gr perrexil

50 gr de perejil

mami-koilarakada bat

1 cucharada de pulpa

10 ml koñak

10 ml de coñac

tomate birriinduren pota erdia

1/2 bote de tomate triturado

Ekoizleak

Productoras

Barazkiak **Verduras:**

El Puente Viejo

Arkumeak **Cordero:**

Larrezabal Eko

Olinoa **Aceite de oliva:**

Ecológicos Aranda, Gil Pagola

y Elkea

Garagardoak **Cervezas:**

Elkea

Ardo beltza **Vino tinto:**

Bodegas Azpea

Almendrak **Almendras:**

Ecológicos Aranda



Elkagai guztiak hileko
lehen larunbatean erosi
ahal izango dituzu

EKOmerkaturan 9:30etik

14:00etara

**Podrás comprar todos
los alimentos el primer
sábado de cada mes en
el EKOmercado de 9:30
a 14:00 horas**

Errezeta Receta



Nola prestatu

Elaboración

Arkumea zatitu eta perola batean olio gutxirekin (oso beroa) markatu. Gehitu baratxuria xafletan, almendra xehatua, txorizo-piperren mami koilarakada bat eta perrexila.

Koñak-txorrotada bat bota eta alkohola lurruntzen utzi.

Tomate-poto erdia gehitu eta estali urez. Utzi egosten

ordubete inguru. **Trocear el cordero y en una perola con poco aceite y bien caliente marcarlo. Incorporar el ajo en laminas, la almendra picada, una cucharada de pulpa de pimiento choricero y el perejil. Añadimos un chorrito de coñac y dejamos que se evapore el alcohol.**

Incorporamos medio bote de tomate y cubrimos de agua. Dejar cocer una hora aproximadamente.

Atera arkumea erretilu batera eta papurtu. Arkumeari Gelburger-a gehitu eta erretilu batean zabaldu, gutxi gorabehera 1 cm-ko zabalera duen arkume-plaka bat utzita.

Gorde hozkailuan, hotz eta trinko gelditu arte. Arkume-plaka laukizuzen edo karratuetan ebaki. Laukizuzen bakoitza

zartaginean markatu ongi lotzeko. **Sacar el cordero a una bandeja y desmigarlo. Añadimos al cordero gelburger y extendemos en una bandeja dejando una placa de cordero de 1cm de ancho aproximadamente, reservarlo en la nevera hasta que se quede bien frio y compacto.**

Cortamos la placa de cordero en rectángulos o cuadrados, marcamos en la sartén cada rectángulo para sellar.

Gisatuaren salda iragazi eta arto-irinarekin loditu, saltsa-testura lortzeko. Orburuak garbitu, julianazko xafletan moztu eta frijigailuan frijitu. Ondoren, paper lehortzaile batean xukatu eta gorde. **El caldo del guiso se cuela y se espesa con maicena obteniendo una textura de salsa. Las alcachofas las limpiamos, cortamos en laminas en juliana y freímos en freidora, escurrimos en un papel secante y reservamos.**

Montaketa

Montaje

Jarri arkume-zatia plateraren erdian, saltsaz estali eta alde batean orburu frijituak jarri. **Poner el taco de cordero en el medio del plato, napar con la salsa y en un lado colocar las alcachofas fritas.**