

El cereal
universal

[Visita Genielin.com](http://Genielin.com)

Arrozces

La cocina de Sumito
y risottos



EL NACIONAL

El cereal
universal

Arroces

La cocina de Sumito

y risottos

El cereal universal,
Arroces y risottos
Sumito Estévez
2008

ISBN 978-980-388-405-5
Depósito legal LP545200864114

C.A. EDITORA EL NACIONAL

Presidente Editor Miguel Enrique Otero

Presidente Ejecutivo Manuel Sucre

Editor Adjunto Simón Alberto Consalvi

Gerente de Unidad de Nuevos Negocios Tatiana Turkovic

Gerente de Desarrollo de Nuevos Productos José Antonio Maldonado B.

Jefe de Proyectos Astrid Martínez C.

C.A. Editora El Nacional

RIF J-00012242-3

EL NACIONAL

Fotografías Ángel Rodríguez

Coordinación editorial Rafael Atías

Edición Yolanda Pérez Ayala

Diseño gráfico Pedro Mancilla

Editorial CEC, S.A.

RIF: J-30448800-9

libros@el-nacional.com

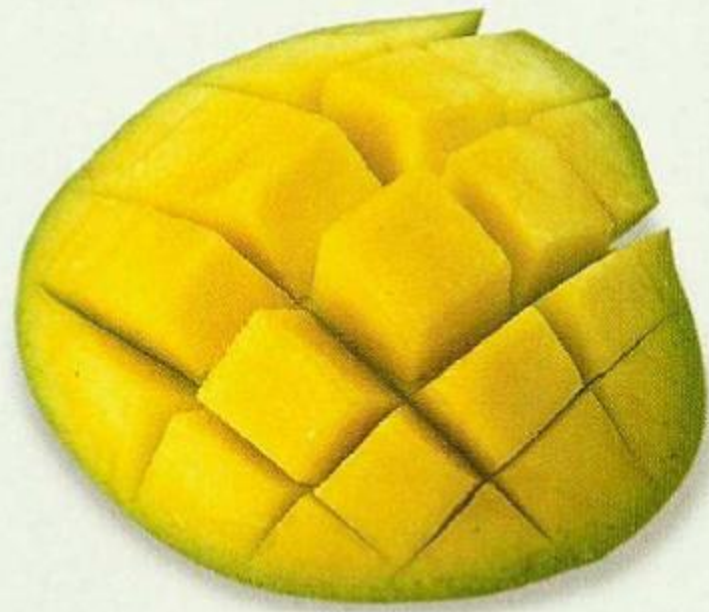
Apartado postal 75194, Caracas 1071-A

Venezuela

www.el-nacional.com

Todos los derechos reservados

Impreso en Colombia por D'vinní S.A.



Arroz

AMO EL ARROZ

Amo el arroz, no tengo opción. Pasé la infancia en la India natal de mi madre navegando los aromas del arroz basmati que sembraba mi familia y he pasado el resto de mi vida en uno de los países más amantes del arroz que conozco. Podría decirse que arroz es uno de los primeros platos que aprenden los niños venezolanos y si tomamos una foto a una cocina de casa escogida al azar, es casi seguro que veamos una hornilla ocupada con una olla a medio vaciar que posee en su interior arroz blanco. No tengo claro cuál es el origen de nuestra pasión porque no existe país de Europa que coma arroz blanco como acompañante y son contados los países de Latinoamérica que lo hacen. Con el tiempo a nuestra manía casi compulsiva de comer arroz "suelto" le hemos agregado también el gusto por la sensual untuosidad de los risottos, invitado omnipresente de los menús de restaurantes en nuestro país.

Quizás la magia detrás del cereal se esconde detrás de la nostalgia por los platos para compartir. Arroz, paella o risotto siempre se harán para varios, siempre con enorme cariño y siempre de la olla directamente al plato.

¡Compartamos pues!

Sumito Estévez

Arroz chino

Para 4 porciones

INGREDIENTES

- 4 huevos enteros
- 1/2 cucharadita de sal
- 4 cucharadas de aceite vegetal
- 1 taza de espinaca cruda cortada en juliana fina
- 1 taza de cebollín francés (ciboulette*), cortado en trozos de 2 centímetros de largo
- 2 dientes de ajo finamente picados
- 1 taza de jamón serrano cortado en juliana fina
- 4 tazas de arroz blanco ya cocido al dente y suelto
- 2 cucharadas de salsa de soya suave*

* Ver glosario

PREPARACIÓN

1. Caliente en un sartén de 30 centímetros de diámetro aproximadamente (preferiblemente de teflón) la mitad del aceite. Haga en él una tortilla con los 4 huevos previamente revueltos con la sal (esta tortilla no debe tener más de 0,5 centímetros de espesor).
2. Una vez fría, corte la tortilla en tiras de 0,5 x 3 centímetros.
3. Aparte, en un wok agregue el resto del aceite y cuando esté bien caliente incorpore la espinaca, el cebollín y el ajo; saltee por un minuto y añada el jamón.
4. Finalmente, añada el arroz, la tortilla en tiras y la soya.







Arroz de Malasia

Para 4 porciones

INGREDIENTES

1/2 taza de aceite
1 cebolla grande cortada en cuadritos
5 dientes de ajo picaditos
1 taza de arroz de grano largo, bien lavado
1 cucharadita de canela en polvo
1/4 de cucharadita de clavos de olor en polvo
1 taza de leche evaporada
1 taza de leche de coco
2 1/2 tazas de caldo de pollo
Sal
1/4 de taza de uvas pasas
1/2 taza de almendras enteras tostadas
y sin piel

PREPARACIÓN

1. En una olla, saltee la cebolla en el aceite a fuego medio hasta que esté bastante dorada (marrón oscura). Agregue el arroz y saltee hasta que comience a dorar.
2. Añada el resto de los ingredientes salvo las pasas y las almendras y cocine sin revolver hasta que el líquido apenas cubra la superficie de la preparación.
3. En este momento, baje el fuego y revuelva. Pruebe la consistencia del arroz y de estar aún duro, agregue 1/2 taza de agua y cocine revolviendo a fuego lento hasta que ablande pero quede firme. De ser necesaria más agua, agréguela sin miedo.
4. Añada las pasas y las almendras, y sirva.



Palabras de un Chef

“Un cocinero nunca debe perder de vista que la única forma que posee de demostrar su arte es vendiendo y que el único currículum válido reposa en una sartén”.

Sumito Estévez

Historia del sabor



CLAVO (*Eugenia caryophyllus* o *Syzygium aromaticum*)

El clavo o clavo de olor, originario de las islas Molucas, es el capullo secado de la flor sin abrir de un árbol de doce metros de altura. Los pobladores de las Molucas lo plantaban para celebrar el nacimiento de cada niño y si florecía se interpretaba como un buen augurio para el recién nacido.

En la China del siglo III a. C. ya se valoraban las virtudes medicinales de esta especia para combatir la halitosis. Aun hoy en día se extrae del aceite de clavo una sustancia que se utiliza en la elaboración de pasta dentífrica y enjuague bucal, además de ser usada también en la fabricación de jabones y otros cosméticos. También se le atribuyen al clavo ciertas virtudes analgésicas y se cree que puede aliviarse un dolor de muela colocando un clavo dentro de la boca, al lado de la muela enferma.

Indonesia produce la mayor cosecha anual de clavo, seguida de Madagascar, Tanzania, Sri Lanka y Malasia.

Arroz glutinoso*

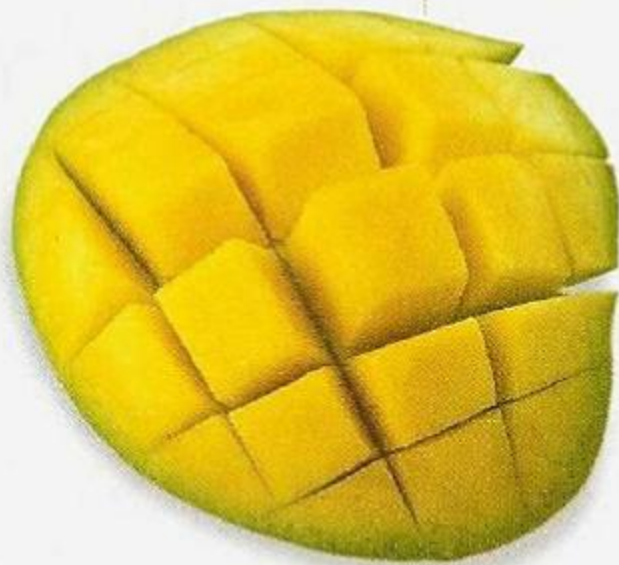
con mango

INGREDIENTES

- 2 tazas de arroz glutinoso
- 3 tazas de leche de coco
- 1/2 taza de azúcar + 2 cucharadas
- 1 cucharadita de sal
- 3 yemas de huevo
- 3 mangos cortados en cuadritos
- 3 cucharadas de merey tostado y molido

PREPARACIÓN

1. Remoje el arroz en 4 tazas de agua durante unas 6 horas y cuele.
2. Coloque el arroz en una olla con 4 tazas de agua y cocine hasta que hierva y el agua esté al ras del arroz. Tape bien y cocine a fuego muy bajo por 10 minutos.
3. Abra la tapa y agregue la mitad de la leche de coco, 1/2 taza de azúcar y la sal. Vuelva a tapar por 10 minutos. El arroz quedará "pegajoso".
4. Mientras tanto, bata las yemas con las 2 cucharadas de azúcar, agregue la leche de coco restante y cocine a fuego bajo sin parar de revolver hasta que espese. Retire del fuego y déjelo enfriar.
5. Sirva un poco de arroz sobre una capa de la crema cocinada de coco, "bañe" con cuadritos helados de mango y espolvoree con polvo de merey.



[Visita Genielin.com](http://VisitaGenielin.com)





Arroz negro

Para 4 porciones

INGREDIENTES

- 1 cebolla grande, cortada en cuadros muy finos
- 1/4 de taza de aceite
- 2 tazas de arroz bien lavado
- 4 tazas de agua
- 2 cucharaditas de sal

PREPARACIÓN

1. En una olla a fuego medio, saltee la cebolla en el aceite revolviendo constantemente hasta que esté de color marrón oscuro, mas no quemada. En general, al hacer este plato, suele quemarse la cebolla menos de lo que se debe.
2. Agregue el arroz y dore por un par de minutos para quemar cualquier vestigio de almidón y luego añada el agua y la sal. Cocine a fuego alto hasta que el agua cubra apenas la superficie del arroz.
3. Baje el fuego a lo mínimo posible y tape la olla con papel de aluminio. Al cabo de 10 minutos, retire definitivamente del fuego.
4. Para servir el arroz, coloque en el centro del plato un aro metálico, llene con el arroz y retire el aro. Disponga alrededor la cebolla salteada.



¿Cómo se hace? en la página siguiente ►

¿Cómo se hace?

Arroz negro



Saltee la cebolla en el aceite revolviendo constantemente hasta que esté marrón oscuro, mas no quemada. La cebolla debe quedar de un color bastante oscuro.



Agregue el arroz y dore por un par de minutos. Así quemará cualquier vestigio de almidón y el arroz quedará más suelto.

Historia del sabor



EL RISOTTO

El risotto original es el *risotto alla milanese*. Este plato, cuyo color amarillo proviene del azafrán, tiene un posible origen en una interesante leyenda. Se cuenta que su inventor fue Valerio de Flandes, artista encargado de pintar los vitrales del *Duomo* de Milán. Valerio utilizaba el azafrán para darle un toque más brillante a sus amarillos. Durante el almuerzo, el pintor comía algo de arroz sobre los andamios. Un día, a causa de un mal movimiento, parte del azafrán terminó sobre el arroz que, coloreado, parecía más apetitoso aún. Valerio se decidió a probarlo y descubrió así el sabor único de esta imprevista combinación.

Risotto de espinaca

Para 4 porciones

INGREDIENTES

- 12 cucharadas de mantequilla
- 1 cebolla mediana cortada groscramente
- 2 cucharaditas de ajo picadito
- 1 cucharada de ají dulce picadito
- 1 litro de caldo de pollo
- 1 taza de crema de leche
- 3 tazas de espinaca en juliana
- 1/2 cucharadita de nuez moscada en polvo
- 4 tazas de base de risotto al dente (ver índice)
- 1 taza de queso parmesano rallado

PREPARACIÓN

1. Marchite el ajo, el ají dulce y la cebolla en 6 cucharadas de mantequilla por un par de minutos, agregue el caldo de pollo y lleve a hervir.
2. Añada la crema de leche y 2 tazas de espinaca. Retire del fuego y licúe bien.
3. En otra olla, ponga a marchitar por un minuto la espinaca restante en la mantequilla restante, agregue la nuez moscada y la base de risotto. Cocine agregando poco a poco la espinaca licuada hasta que esté cocinado el arroz y añada la espinaca restante.
4. Finalmente, coloque un cuarto del risotto en el centro del plato, espolvoree profusamente con parmesano rallado y gratine hasta que la superficie esté dorada. Este risotto es ideal como guarnición de un plato principal.







Risotto

Para 6 porciones

de gorgonzola

INGREDIENTES

200 gramos de cebolla finamente picada
200 gramos de mantequilla
500 gramos de arroz arbóreo
1 taza de vino blanco
340 gramos de queso gorgonzola
1 gramo de azafrán tostado levemente
2 tazas de caldo de pollo o agua
6 cucharaditas de sal
1/2 kilo de uvas verdes sin semilla, peladas
2 endivias cortadas en juliana fina
80 gramos de uvas pasas
1 1/2 taza de jerez
300 mililitros de vino tinto
100 gramos de azúcar
80 gramos de avellanas, tostadas
y cortadas muy groseramente

PREPARACIÓN

1. Marchite la cebolla en la mantequilla, agregue el arroz arbóreo, el vino blanco, 100 gramos de queso gorgonzola y el azafrán. Cocine hasta que haya desaparecido por completo el líquido.
2. Agregue la sal y el caldo de pollo poco a poco, apenas lo suficiente para cubrir el arroz. Revuelva constantemente y agregue más caldo si es necesario, hasta que esté al dente pero aún algo crudo. Esparza el risotto sobre una superficie grande para que se enfríe y divídalo en 6 porciones.
3. Aparte, pase las uvas por agua hirviendo por 10 segundos e inmediatamente colóquelas en agua helada. Pélelas y cocínelas por un par de minutos en una olla junto con la juliana de endivias, las uvas pasas y el jerez. Reserve caliente.
4. En otra olla, cocine el vino tinto junto con el azúcar hasta obtener un caramelo denso. Reserve a temperatura ambiente.
5. Al momento de servir, en una olla, agregue a la cantidad de risotto deseada, 40 gramos de gorgonzola y 10 gramos de avellana por persona. Cocine con un poco de agua hasta obtener el dente deseado.
6. Sirva 3 bolitas equidistantes de risotto en cada plato; en el medio, 3 cucharadas de las uvas estofadas en jerez y bañe con hilos de sirope de vino tinto y, eventualmente, con una lonja de gorgonzola como elemento final de decoración.

Risotto de trufas

Para 4 porciones

INGREDIENTES

- 1/2 kilo de papas con concha, cortadas en cuadros pequeños
- 6 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cucharaditas de pimienta negra recién molida
- 2 cucharaditas de tomillo fresco
- 1 litro de leche
- 1 cucharadita de sal
- 4 tazas de base para risotto (ver índice)
- 3 tazas de caldo de carne, aproximadamente
- 1 taza de crema de leche
- 1 taza de queso gruyere rallado
- 4 cucharadas de aceite de trufas blancas

PREPARACIÓN

1. Coloque las papas en una bandeja, mójelas con el aceite y espolvoréelas con la pimienta y el tomillo. Hornee a 190°C (380°F) revolviendo de vez en cuando, hasta que las papas estén completamente doradas mas no crujientes.
2. Licúe las papas con la leche y la sal, hasta que tenga una consistencia homogénea, cuele bien y coloque en una olla. Cocine a fuego medio hasta que espese y rectifique la sal de ser necesario.
3. En otra olla, cocine la base del risotto con el caldo de carne de la manera tradicional hasta que esté casi listo. En ese momento, agregue la crema de leche y el queso y deje secar hasta que el risotto tenga la textura deseada.
4. Sirva el risotto sobre la crema de papas asadas y “bañe” cada porción con una cucharada de aceite de trufas.





[Visita Genielin.com](http://VisitaGenielin.com)



Risotto

Para 4 porciones

con langostinos rellenos

INGREDIENTES

- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cebolla mediana cortada en cuadritos
- 1 cucharada de ajo picadito
- 1 litro de base de pescado (ver índice)
- 4 sobres de tinta de calamar
- 5 cucharaditas de sal
- 4 cucharadas rasas de maicena disuelta en 1 taza de agua fría
- 2 tazas de base para risotto (ver índice)
- 12 langostinos sin cabeza, abiertos por la mitad
- 4 cucharadas de salsa de soya clara*
- 1 cucharada de aceite de ajonjolí
- 1 cucharada de ron
- 10 cucharadas de ajo porro cortado muy finamente
- 6 hojas de albahaca cortadas en juliana fina
- 5 cucharadas de mantequilla
- 1 cucharada de pan rallado
- 1 taza de juliana de pimentones asados
- 1 taza de leche

* Ver glosario

PREPARACIÓN

1. En una olla pequeña, marchite la cebolla y el ajo a fuego bajo por 5 minutos.
2. Agregue el caldo de pescado, la tinta de calamar y 2 cucharaditas de sal. Cuando hierva, añada la maicena diluida en agua para que espese.
3. En otra olla, caliente la base para risotto, agregando la mitad del caldo de tinta de calamar y cocine hasta que esté al dente. De ser necesario, agregue poco a poco el resto del caldo hasta obtener la consistencia deseada.
4. Marine los langostinos con la soya, el aceite de ajonjolí y el ron.
5. En un sartén, dore por 3 minutos a fuego bajo en la mantequilla el ajo porro, la albahaca, 1 cucharadita de sal y el pan rallado. Rellene con esta mezcla cada langostino abierto.
6. Coloque los langostinos en un sartén y gratine en el broiler o en el grill por 2 minutos o hasta que los langostinos estén cocidos.
7. Licue la taza de pimentones asados con la leche y la sal restante. Caliente la mezcla en una olla.
8. Finalmente, coloque el risotto negro en el medio de cada plato y alrededor 3 langostinos rellenos. Bañe con pinceladas al azar de salsa de pimentón asado.

Risotto relleno

Para 6 porciones

de queso

INGREDIENTES

PARA EL FONDUE* DE QUESO

50 gramos de mantequilla
10 gramos de ajo (4 dientes) picadito
1 cebolla pequeña (90 gramos) picada en brunoise*
40 gramos de harina de trigo
1 1/2 taza de caldo de pollo
3 tazas de crema de leche
2 hojas de laurel
2 tazas de queso parmesano rallado
Sal y pimienta al gusto

PARA EL RISOTTO

40 gramos de mantequilla
100 gramos de cebolla cortada en brunoise
500 gramos de arroz arbóreo
1/2 taza de vino blanco
1 gramo de azafrán
2 hojas de laurel
1 litro de caldo de pollo
Sal al gusto

PARA LA FINALIZACIÓN

1 taza de vinagre balsámico
18 "nueces" de tuétano* hervidas por 3 minutos
3 cucharadas de aceite de oliva
5 cucharadas de brandy
4 cucharadas de cebollín francés (ciboullete*) finamente picado

* Ver glosario

PREPARACIÓN

1. Para preparar el fondue de queso, en una olla pequeña ponga a marchitar la cebolla y el ajo en la mantequilla. Agregue la harina de trigo y revuelva hasta que no queden grumos. Añada el resto de los ingredientes hasta que la salsa espese bastante. Reserve caliente.
2. Para preparar el risotto, marchite en una olla más grande la cebolla en la mantequilla, agregue el arroz y cocine por 5 minutos.
3. Añada el vino blanco y deje reducir hasta que prácticamente no quede líquido.
4. Agregue el azafrán, el laurel, la sal y el caldo de pollo suficiente para apenas cubrir el arroz. Cocine a fuego bajo sin dejar de revolver y cuidando de agregar caldo de pollo cada vez que se seque el arroz. Una vez que el arroz esté cocinado al dente, suba el fuego para que termine de secarse.
5. Cocine en una olla pequeña el vinagre balsámico a fuego muy alto hasta que espese tanto como para cubrir una cuchara sin resbalar. Reserve a temperatura ambiente.
6. Al momento de servir, caliente un poco el aceite de oliva en un sartén y agregue las nueces de tuétano cocinadas hasta que se doren un poco. Retire el sartén del fuego, agregue el brandy y bata hasta que se homogenice el brandy con la grasa. Añada el ciboullete picado.
7. Para finalizar, pinte el plato con algunas líneas de vinagre reducido. Coloque en el medio un aro metálico de 8 centímetros de diámetro por 4 centímetros de alto. Llene hasta la mitad con risotto y haga una concavidad en el mismo, rellénela con fondue de queso y tape hasta arriba con risotto. Quite el aro y coloque 3 nueces salteadas de tuétano sobre el risotto.

¿Cómo se hace? en la página siguiente ►

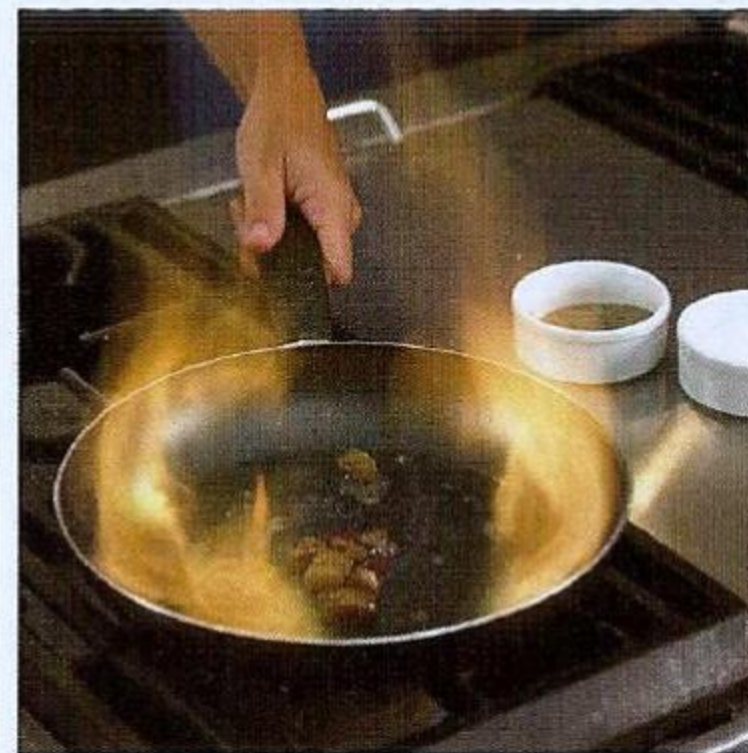


¿Cómo se hace?

Risotto relleno de queso



Agregue el azafrán, el laurel, la sal y el caldo de pollo suficiente para apenas cubrir el arroz.



Dore las nueces de tuétano en un sartén con aceite de oliva.

Palabras de un Chef

“Esa cosa etérea, sin aparente forma ni espacio físico, llamada Internet, es el reservorio más grandioso de información que hasta ahora haya construido (y soñado) la humanidad... por lo tanto es el más grande compendio de recetas que podemos imaginar”.

Sumito Estévez

[Visita Genielin.com](http://Genielin.com)

Risotto

Para 4 porciones

con semillas de cilantro

INGREDIENTES

6 cucharadas de mantequilla
2 cucharadas de picadillo base (ver índice)
1 cucharada de semillas de cilantro
trituradas en la licuadora
20 camarones pelados
30 vieiras limpias
3 tazas de base para risotto (ver índice)
2 tazas de base para pescado (ver índice)
1/2 taza de agua
1 cucharada de salsa de ostras*
1 cucharada de salsa de soya negra*
1 bolsa de tinta de calamares,
aproximadamente 1 cucharada
2 cucharadas de cilantro picado
de manera grosera
1 gramo de azafrán o colorante
vegetal amarillo

* Ver glosario

PREPARACIÓN

1. Marchite en una olla el picadillo base y las semillas de cilantro en la mantequilla.
2. Una vez marchita, agregue los camarones y las vieiras e inmediatamente la base para risotto, una taza de base para pescado, agua, salsa de soya y salsa de ostras. Cocine revolviendo constantemente hasta que el arroz esté cocido pero firme (al dente).
3. Coloque la mitad de este risotto en otra olla y "píntelo" con la tinta de calamares. A la mitad restante agréguele el cilantro fresco.
4. Finalmente, en cada plato se coloca un centro de risotto negro, alrededor risotto blanco y a modo de aro exterior la taza restante de base de pescado teñida con el azafrán.





Historia del sabor



AZAFRÁN (*Crocus sativus*)

El azafrán es la especia más cara. En algunas épocas superó el precio del oro. En parte se debe a que es necesario recoger a mano más de 150.000 flores para obtener un kilo de azafrán. Por éstas y otras razones se le ha denominado el "oro rojo". Los árabes introdujeron el azafrán en España en el siglo VIII, desde donde se divulgó hacia todo el Mediterráneo.

Contiene un tinte que desde tiempos remotos se ha utilizado como colorante de ropa, cabello y otros. Además, da a la comida un color amarillo dorado, por lo que en España es ingrediente indispensable de las paellas, carnes, mariscos y arroces y, en Francia, del bouillabaisse.

Irán y España producen el mejor azafrán del mundo. Se dice que el azafrán ayuda a curar trastornos digestivos y urinarios, problemas de la piel, fiebres, agrandamiento del hígado y del bazo y, en las mujeres, regula la menstruación y alivia desórdenes uterinos. Hasta se cree que alivia el insomnio y la melancolía.

Recetas base

Base de risotto

INGREDIENTES

- 400 gramos de arroz, preferiblemente arbóreo
- 100 gramos de mantequilla
- 1 cebolla grande, cortada muy finamente
- 1 taza de vino blanco seco
- 1 litro de caldo claro y concentrado de pollo

PREPARACIÓN

1. Marchite la cebolla por 10 minutos a fuego medio en la mantequilla. Agregue el arroz y el vino blanco y deje que éste se reduzca casi en su totalidad. Luego, añada tanto caldo como sea necesario para apenas cubrir el arroz y cocine a fuego bajo revolviendo de modo constante para que se cocine uniformemente y evitar que se pegue.
2. A medida que se va secando el arroz, agregue caldo, siempre la cantidad necesaria para que apenas lo cubra. Repita hasta que el arroz esté cocido pero todavía bastante duro, es decir, al dente.
3. Una vez terminada la cocción, extienda el arroz sobre una bandeja o sobre la mesa de trabajo bien limpia. Esto permite que se enfríe rápido y no se siga cocinando. Emplee esta base como lo indique la receta.

Esta base puede guardarse en la nevera al menos por una semana. Debe utilizarse a la manera de una pasta italiana, es decir, simplemente es una base que poseerá las características de la salsa que se le agregue.

Recetas base

Picadillo base

INGREDIENTES

- 1 cebolla grande, picada en cuadritos
- 4 cucharadas de jengibre fresco, picado en trozos muy pequeños
- 10 ajíes dulces rojos, sin semilla y picados muy finamente
- 4 cucharadas de la parte blanca del ajo porro, picadita
- 4 cucharadas de cilantro fresco picadito

PREPARACIÓN

1. Una todos los ingredientes y reserve refrigerado hasta por 3 días. Puede usarlo como aliño base de muchas recetas.

Recetas base

Base para pescado

Para 4 porciones

INGREDIENTES

- 1 taza de aceite
- 3 cebollas medianas cortadas groseramente
- 2 zanahorias grandes cortadas en trozos
- 4 bulbos de hinojo cortados en trozos
- 1 bulbo mediano de céleri
- La cabeza de 2 pescados grandes (2 kilos, aproximadamente)
- 2 tazas de vermut blanco
- 5 litros de agua
- 3 hojas de laurel
- 3 clavos de olor
- 1 ramita de tomillo fresco o 1 cucharadita de tomillo en polvo
- 1/2 litro de vino blanco seco
- 1/2 litro de crema de leche
- 200 gramos de mantequilla
- 3 cucharadas de maicena disuelta

PREPARACIÓN

1. Saltee los vegetales en el aceite a fuego alto hasta que estén totalmente dorados, cuidando de revolver constantemente para evitar que la salsa adquiera aromas ahumados.
2. Agregue las cabezas de pescado, preferiblemente cortadas en trozos, y el vermut. Deje que se reduzca el líquido a la mitad.
3. Añada el agua, el laurel, los clavos y el tomillo. Cocine a fuego muy lento hasta que no haya más de un litro de consomé. Cuele bien el líquido de la cocción y resérvelo en un recipiente.
4. En una olla, lleve el vino blanco a hervir, acerque con mucho cuidado un fósforo encendido a los vapores que emanan del vino, de manera que aparezca una llama azul en la superficie y espere a que el fuego se consuma totalmente.
5. Baje el fuego al mínimo e incorpore el consomé reservado, la crema de leche y la mantequilla. Una vez disuelta la mantequilla, espese usando la maicena disuelta en agua.

La maicena debe disolverse siempre en agua fría y hay que agregarla a la salsa cuando esté hirviendo, poco a poco, hasta obtener la textura deseada. Una vez espesa, la salsa debe cocinarse a fuego bajo al menos durante 5 minutos para eliminar la granulosis característica de los espesantes.

Palabras de un Chef

“Los cambios de gusto del consumidor a medida que pasan los años se parecen mucho a una tenue llovizna, casi imperceptible, que a la larga termina por dejarnos empapados”.

Sumito Estévez

[Visita Genielin.com](http://Genielin.com)

Glosario

ARROZ GLUTINOSO es un arroz de grano grueso que al cocinarse queda con una contextura pegajosa.

ACEITE DE TRUFAS es un aceite que da el sabor y el aroma de las trufas a un plato. El valor de las trufas es muy alto, por lo que el aceite de trufas se usa como sustituto de estos hongos.

BRUNOISE corte en forma de dados muy pequeños, de 1 a 2 milímetros por lado.

CEBOLLÍN FRANCÉS O CIBOULLETE una de las variedades de cebollín cultivadas en Venezuela, la más pequeña y fina.

FONDUE es una preparación a base de queso o chocolate, en la cual se sumergen trozos de carne o verduras antes de degustarlos.

NUECES DE TUÉTANO bolitas de tuétano recién extraídas del hueso.

SALSA DE OSTRAS salsa espesa marrón, base de casi toda la comida china. Debe usarse con cuidado ya que es muy salada. Se puede conseguir en mercados chinos.

SALSA DE SOYA CLARA es una salsa de soya china de un color menos intenso que la salsa de soya negra.

SALSA DE SOYA SUAVE es una salsa de soya japonesa con un porcentaje menor de sal.

SALSA DE SOYA NEGRA U OSCURA también conocida como salsa de soya y hongos (mushroom soy sauce), es de color negro intenso y algo espesa. Se consigue en mercados chinos.

Índice

- Amo el arroz página 3
- Arroz chino página 4
- Arroz de Malasia página 7
- Palabras de un Chef página 8
- Historia del sabor página 9
- Arroz glutinoso con mango página 10
- Arroz negro página 13
- ¿Cómo se hace? Arroz negro página 14
- Historia del sabor página 15
- Risotto de espinaca página 16
- Risotto de gorgonzola página 19
- Risotto de trufas página 20
- Risotto con langostinos rellenos página 23
- Risotto relleno de queso página 24
- ¿Cómo se hace? Risotto relleno de queso página 26
- Risotto con semillas de cilantro página 28
- Historia del sabor página 30
- Recetas base. Base de risotto página 31
- Recetas base. Picadillo base página 32
- Recetas base. Base para pescado página 33
- Palabras de un Chef página 34
- Glosario página 35

Visita Genielin.com

Visita Genielin.com

