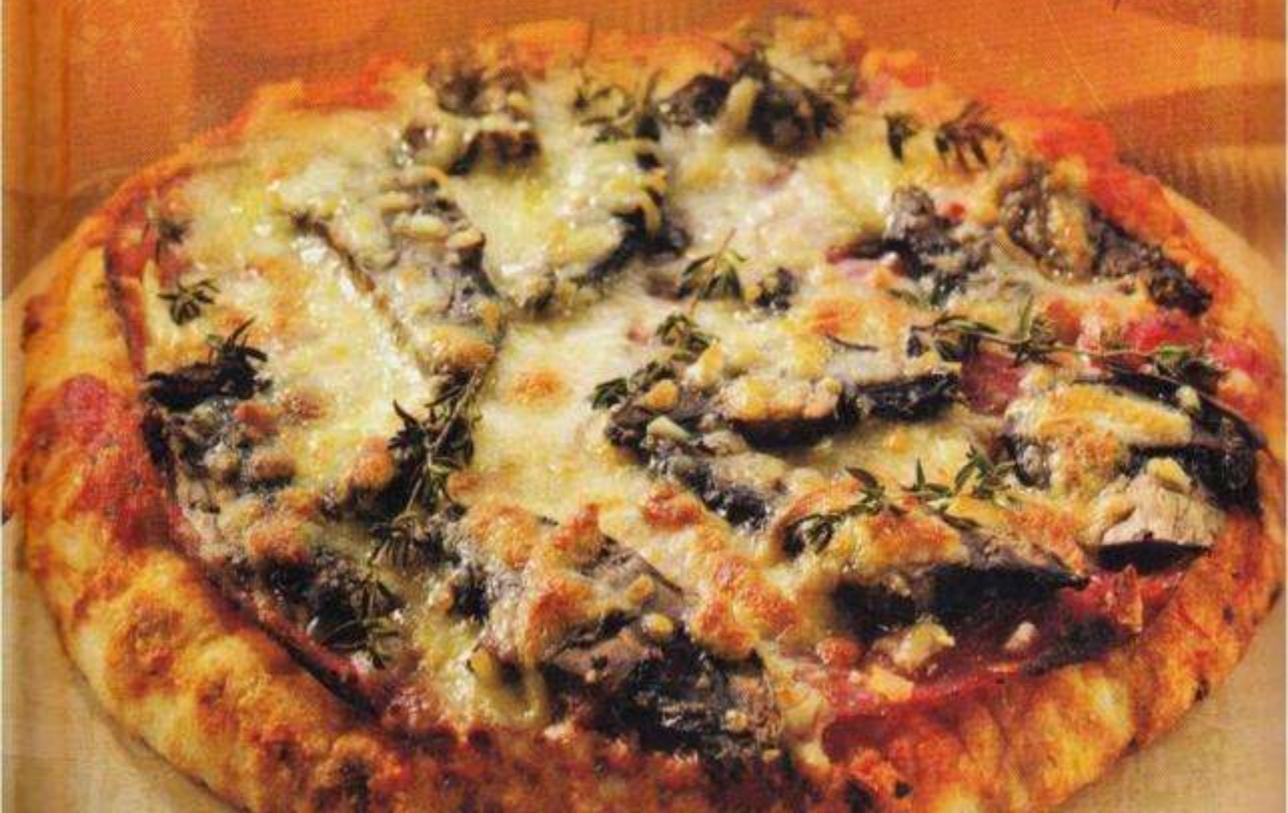


T U S M E J O R E S R E C E T A S



# PAN, PIZZAS Y EMPANADAS



© McRae Books Srl, 2000  
© TODOLIBRO EDICIONES, S.A.  
Campezo, s/n - 28022 Madrid  
Tel.: 913 009 115 - Fax: 913 009 110

Texto: Mariapaola Dettore, Carla Bardi  
Traducción: Antonio Resines, Herminia Bevia  
Corrección de texto: Carmen Blázquez  
Fotografía: Marco Lanza  
Diseño: Rosalba Giofrè, Marco Nardi  
Diagramación: Milagros Recio,  
Adriano Nardi, Giovani Mattioli,  
Miguel Ángel San Andrés  
Diseño de cubierta: más!gráfica



# Pan

# Pizzas

# Empanadas



TODOLIBRO

BIBLIOTECA PAGES DE CLIMENT FIGUERES



# Pan





# Pan blanco

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes, preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ Poner la harina en un cuenco grande junto con el fermento, la sal y el agua restante. Proceder luego como se indica en la página 29.
- ▶ Una vez que haya subido la masa (alrededor de hora y media), trasladarla con una espátula a una superficie ligeramente enharinada. Trabajarla durante unos minutos.
- ▶ Colocar la masa en una bandeja para horno aceitada y darle forma alargada u ovalada.
- ▶ Espolvorear la superficie con harina y, con un cuchillo de sierra, hacer en ella 5 o 6 cortes diagonales de 1 cm de profundidad.
- ▶ Para conseguir una rosca de unos 30 cm de diámetro, aplastaremos un poco la masa y le haremos un agujero en el centro con los dedos.
- ▶ Para hacer barritas, se divide la masa en 8 o 10 porciones iguales y se enrollan. Hay que recordar que el volumen de la masa se duplicará, así que habrá que dejar al menos 4 cm de distancia entre unas piezas y otras.
- ▶ Cubrir las con un trapo y dejarlas crecer durante 40-50 minutos.
- ▶ Cocerlas en el horno precalentado a 230 °C. Las barras grandes necesitarán unos 40 minutos, las rosas alrededor de 30 minutos y las barritas aproximadamente 25 minutos.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 2 h de reposo

**Cocción:** 25-40 min

**Se obtiene alrededor de 1 kg de pan**

- ✓ 25 g de levadura fresca o 1 ½ sobres de la seca
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 350 ml de agua templada
- ✓ 750 g de harina blanca sin refinar
- ✓ 2-4 cucharaditas de sal







# Pan de centeno

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ Juntar las dos harinas en un cuenco grande con las semillas de hinojo, la sal, el fermento, el aceite (o manteca) y el agua restante. Proceder como se indica en la página 28.
- ▶ Una vez que haya subido la masa (tras unas 2 horas), pasarla con una espátula a una superficie ligeramente enharinada y trabajarla durante 2-3 minutos. La masa ha de tener una textura muy suave.
- ▶ Dividirla en 4 o 5 partes iguales y darles forma redondeada. Pasar los panes a un par de bandejas para horno aceitadas. Cubrirlas con un trapo y dejar que la masa crezca durante 1 hora.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 200 °C durante 30 minutos.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 2-3 h de reposo

**Cocción:** 30 min

**Se obtiene alrededor de 1 kg de pan**

- ✓ 30 g de levadura fresca o 2 sobres de la seca
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 300 ml de agua templada
- ✓ 450 g de harina de centeno
- ✓ 200 g de harina blanca sin refinar
- ✓ 1 cucharada soperas de semillas de hinojo
- ✓ 2 cucharaditas de sal
- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra a temperatura ambiente







## Pan de nueces y romero

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ Juntar en un cuenco grande las dos harinas con el romero y la sal.
- ▶ Añadir la mitad del aceite al fermento y mezclarlo todo poco a poco con la harina. Proceder luego como se indica en la página 29.
- ▶ Mientras tanto, calentar en una sartén a fuego suave el aceite restante y añadir el ajo. Echar luego las nueces y la pimienta. Retirar del fuego y dejar enfriar.
- ▶ Una vez que la masa haya subido (tarda alrededor de hora y media), transferirla con una espátula a una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Dar forma a un disco de unos 30 cm de diámetro. Regar sobre él las nueces y doblar la masa por encima. Trabajarla 3 minutos para distribuir bien las nueces entre la masa.
- ▶ Formar con ésta una bola y pasarla a una bandeja para horno aceitada. Cubrirla con un trapo y dejarla reposar 30 minutos. Debe duplicar casi su tamaño.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 190 °C unos 45 minutos, hasta que el pan esté dorado y suene hueco al golpearlo por arriba.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 25 min + 2 h de reposo

**Cocción:** 45 min

**Se obtiene alrededor de 1 kg de pan**

- ✓ 30 g de levadura fresca o 2 sobres de la seca
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 500 ml de agua caliente
- ✓ 300 g de harina corriente
- ✓ 325 g de harina integral
- ✓ 1 cucharada sopera de romero picado fresco (o seco)
- ✓ 1 1/2 cucharaditas de sal
- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 1 diente de ajo muy picado
- ✓ 60 g de nueces picadas
- ✓ 1/2 cucharadita de pimienta negra recién molida



**Es un pan muy nutritivo y constituye una saludable merienda para los niños.**





## Pan de maíz

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28, usando la mitad de la leche en vez de agua.
- ▶ Juntar en un cuenco grande las dos harinas con la sal, el huevo ligeramente batido, el fermento y la leche restante. Proceder a continuación como se indica en la página 29.
- ▶ Una vez que la masa haya subido (tarda alrededor de 1 hora), pasarla a una superficie ligeramente enharinada y trabajarla durante 2 o 3 minutos.
- ▶ Dividirla en dos partes y dar forma a dos panes redondos. Espolvorear éstos con harina y pasarlos a una bandeja para horno aceitada.
- ▶ Cubrirlos con un trapo y dejarlos reposar 30 minutos.
- ▶ Cocerlos en el horno precalentado a 200 °C durante unos 30 minutos.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 1 h 30 min de reposo

**Cocción:** 30 min

**Se obtienen alrededor de 750 g de pan**

- ✓ 45 g de levadura prensada o 3 sobres de la seca
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 250 ml de leche templada
- ✓ 300 g de harina de maíz muy molida
- ✓ 300 g de harina blanca sin refinar
- ✓ 2 cucharaditas de sal
- ✓ 1 huevo







## Pan de soda irlandés

- ▶ Pasar todos los ingredientes secos por el cedazo a un cuenco grande (incorporando el salvado de la harina integral que no lo atraviese).
- ▶ Hacer un agujero en el centro y verter en él la mayor parte de la leche.
- ▶ Mezclar todo hasta obtener una textura suave pero no flácida. Añadir el resto de la leche si es necesario.
- ▶ Trabajar un poco la masa sobre una superficie ligeramente enharinada y darle forma redonda u ovalada.
- ▶ Pasarla a una bandeja y hornearla a 200 °C durante 15 minutos. A continuación, bajar la temperatura a 180 °C y dejarla otros 15 minutos, o el tiempo que sea necesario, hasta que el pan esté ligeramente tostado y suene hueco al golpear su base.
- ▶ Sacarlo del horno y envolverlo en un trapo hasta que esté listo para servir.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 5 min

**Cocción:** 30 min

Se obtiene un pan pequeño

- ✓ 180 g de harina corriente
- ✓ 180 g de harina integral
- ✓ ½ cucharadita de soda
- ✓ ½ cucharadita de cremor tártaro
- ✓ ½ cucharadita de sal
- ✓ 250 ml de leche





# Pan de germen de trigo

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ Deshacer la mantequilla con la harina y añadir el germen de trigo, la sal y el extracto de malta.
- ▶ Hacer un agujero en el centro, echar dentro el fermento y la cantidad necesaria del agua restante para conseguir una masa suave. Proceder luego como se indica en la página 29.
- ▶ Una vez que la masa haya subido (alrededor de 1 hora), pasarla a una superficie ligeramente enharinada y trabajarla durante 2 o 3 minutos.
- ▶ Introducir la masa en dos moldes engrasados para piezas de 500 g. Dejarla crecer 30 minutos, o hasta que alcance la parte superior del molde.
- ▶ Untar las piezas de masa con el huevo y cocerlas en el horno precalentado a 230 °C durante unos 30 minutos, hasta que estén bien doradas y suenen huecas al golpear su base.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 20 min + 1 h 30 min de reposo

**Cocción:** 30 min

**Se obtiene 1 kg de pan**

- ✓ 30 g de levadura fresca o 2 sobres de la seca
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 625 ml de agua caliente
- ✓ 2 cucharadas soperas de mantequilla
- ✓ 625 g de harina integral
- ✓ 180 g de germen de trigo
- ✓ 1  $\frac{1}{2}$  cucharaditas de sal
- ✓ 2 cucharaditas de extracto de malta
- ✓ 1 huevo batido





# Pan de queso

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ Juntar en un cuenco grande la harina, la leche en polvo, el queso (reservando dos cucharadas), la sal y la cayena. Añadir el huevo, 1 cucharada de aceite, el ketchup, el fermento y el agua que pida hasta obtener una masa firme y fácil de trabajar. Proceder luego como se indica en la página 29.
- ▶ Poner la masa en un cuenco grande untado con el aceite restante. Darle la vuelta para que se empape bien y dejarla que suba (alrededor de hora y media).
- ▶ Pasar la masa a una superficie ligeramente enharinada y trabajarla durante 2 o 3 minutos.
- ▶ Formar dos bolas y ponerlas sobre una bandeja para horno aceitada. Cubrir las con un trapo y dejarlas reposar 30 minutos, hasta que la masa duplique su volumen.
- ▶ Untar los panes con la clara de huevo ligeramente batida, espolvorearlos con el queso reservado y cocerlos en el horno precalentado a 180 °C, durante aproximadamente 30 minutos, hasta que estén dorados y suenen huecos al golpear su base.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 40 min + 2 h de reposo

**Cocción:** 30 min

**Se obtienen alrededor de 750 g de pan**

- ✓ 30 g de levadura fresca o 2 sobres de la seca
- ✓ 2 cucharaditas de azúcar
- ✓ 325 ml de agua caliente
- ✓ 400 g de harina corriente
- ✓ 75 g de leche descremada en polvo
- ✓ 150 g de parmesano recién rallado
- ✓ 1 cucharadita de sal
- ✓ 1 cucharadita de cayena
- ✓ 1 huevo batido
- ✓ 3 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 1 cucharada soperas de ketchup
- ✓ 1 clara de huevo



Para obtener un pan más sabroso, añadir una o dos cucharaditas de guindilla picada.





# Colines

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ Poner la harina en un cuenco con la sal, el fermento y el agua restante. Proceder como se indica en la página 29.
- ▶ Una vez que haya subido la masa (tarda alrededor de 1 hora), pasarla a una superficie ligeramente enharinada y trabajarla durante 2 o 3 minutos.
- ▶ Dividir ésta en porciones, más o menos del tamaño de un huevo, y hacer con ellas palitos del grosor del meñique.
- ▶ Espolvorear éstos con harina y colocarlos en tres bandejas engrasadas, dejando un dedo de distancia entre ellos.
- ▶ Cubrirlos con un trapo y dejarlos reposar durante 1 hora.
- ▶ Cocerlos en el horno precalentado durante 5 minutos a 230 °C. Estarán en su punto cuando se los vea dorados, pero no demasiado oscuros.
- ▶ Dejar que se enfrien antes de retirarlos de las bandejas.

## Variaciones

- Emplear harina integral en vez de blanca, o bien una mezcla de ambas.
- Añadir a la masa 2 o 3 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra. Reducir proporcionalmente la cantidad de agua. Los colines quedarán más sabrosos y crujientes. Habrá que utilizar 30 g de levadura fresca o 2 sobres de la seca.
- Reemplazar, total o parcialmente, el agua por leche.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 2 h de reposo

**Cocción:** 5 min

Se obtienen alrededor de 500 g de colines

- ✓ 25 g de levadura fresca o 1 1/2 sobres de la seca
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 250 ml de agua caliente
- ✓ 450 g de harina blanca sin refinar
- ✓ 1 cucharadita de sal







## Pan dulce de pasas

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ Poner a remojar las pasas en un cuenco con agua caliente durante 10 minutos. Escurrirlas bien y espolvorearlas con un poco de harina.
- ▶ Echar la harina, las pasas, la ralladura de limón y el azúcar en un cuenco grande. Mezclarlo con el fermento y la mantequilla.
- ▶ Juntar el agua caliente con la leche y añadir la cantidad que se necesite para conseguir una masa firme. Proceder como se indica en la página 29.
- ▶ Una vez que la masa haya subido (1 hora), pasarla a una superficie enharinada y trabajarla durante 2 o 3 minutos.
- ▶ Hacer dos bollos y pasarlos a una bandeja de horno aceitada. Dejarlos crecer durante 45 minutos.
- ▶ Cocerlos a 200 °C en el horno precalentado durante 30 minutos.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 1 h 45 min de reposo

**Cocción:** 5 min

Se obtiene alrededor de 1 kg de pan

- ✓ 30 g de levadura fresca o 2 sobres de la seca
- ✓ 150 g de pasas sin pepitas
- ✓ 750 g de harina corriente
- ✓ la ralladura de 1 limón
- ✓ 45 g de azúcar
- ✓ 4 cucharadas soperas de mantequilla fundida
- ✓ 125 ml de agua caliente
- ✓ 125 ml de leche





# Panecillos de hierbas

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ Mezclar en un cuenco grande la mitad de la harina, la sal y las hierbas. Hacer un hueco en el centro y añadir el fermento, el resto del agua, el vino y el aceite. Mezclar bien y seguir añadiendo harina hasta obtener una masa suave. Proceder como se indica en la página 29.
- ▶ Untar un cuenco con aceite de oliva y meter en él la masa. Darle la vuelta para que se impregne bien y dejarla reposar.
- ▶ Cuando la masa haya subido (tarda alrededor de 1 hora), pasarla a una superficie ligeramente enharinada y dividirla en 24 porciones. Hacer una bola con cada una de ellas y disponerlas a 5 cm unas de otras en una bandeja para horno aceitada. Aplastar un poco los extremos de cada pieza para alargarlas un poco.
- ▶ Taparlas con un trapo y dejarlas crecer durante 15 minutos.
- ▶ Con un cuchillo, dar un corte por arriba a cada panecillo. Cocerlos en el horno precalentado a 200 °C durante unos 20 minutos, hasta que estén dorados.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 20 min + 1 h 15 min de reposo

**Cocción:** 20 min

Se obtienen 24 piezas

- ✓ 45 g de levadura prensada o 3 sobres de la seca
- ✓ 1 cucharada sopera de azúcar
- ✓ 300 ml de agua caliente
- ✓ 2 cucharadas soperas de hierbas (estragón, perifollo, salvia, orégano, tomillo, perejil y albahaca)
- ✓ 1 cucharadita de flores de lavanda secas
- ✓ 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 750 g de harina corriente
- ✓ 1 cucharada sopera de sal
- ✓ 125 ml de moscatel





# Naan

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ En una fuente amplia juntar la harina, la sal y el bicarbonato. Hacer un hueco en el centro y añadir el fermento, la segunda medida de leche, el yogur, el huevo y el ghee.
- ▶ Proceder luego como se indica en la página 29 y dejar que suba la masa (alrededor de hora y media).
- ▶ Pasar la masa a una superficie enharinada y trabajarla durante 2 o 3 minutos.
- ▶ Hacer tortas ovaladas de unos 25 cm de diámetro. Espolvorearlas con las semillas de cebolla y colocarlas en una bandeja engrasada.
- ▶ Cocerlas en el horno precalentado a 200 °C durante 10 o 12 minutos, hasta que se formen burbujas y estén doradas.

El *ghee* es un tipo de mantequilla clarificada a la que se le extraen los ingredientes sólidos de la leche. Puede calentarse a temperatura elevada sin que se queme.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 20 min + 1 h 30 min de reposo

**Cocción:** 10-12 min

Se obtienen alrededor de 750 g de pan

- ✓ 25 g de levadura fresca o 1 1/2 sobres de la seca
- ✓ 2 cucharaditas de azúcar
- ✓ 6 cucharadas soperas de leche caliente
- ✓ 500 g de harina corriente
- ✓ 1 cucharadita de bicarbonato
- ✓ 1/4 cucharadita de sal
- ✓ 150 ml de leche
- ✓ 150 ml de yogur natural
- ✓ 1 huevo ligeramente batido
- ✓ 2 cucharadas soperas de ghee
- ✓ 2 cucharadas soperas de semillas de cebolla



El naan es un tipo de pan indio, que se suele cocer en un tandoor (un horno de arcilla).



# Cómo hacer pan en casa



**E**l arte de hacer pan en casa se remonta a muchos miles de años, cuando nuestros antepasados aprendieron a cultivar los cereales silvestres. Puede que eso explique la satisfacción que produce amasar y hornear el propio pan. Aunque también pudiera deberse al maravilloso aroma del pan recién hecho en nuestra cocina o a la alegría de la familia o los amigos cuando se lo ofrecemos.

## LEVADURA

La levadura de panadería se vende en dos formas: la seca (activa) y la fresca (prensada). La seca se vende en sobres de 7,5 g.

## HARINA

La harina de trigo es la más indicada para hacer pan. Posee una proteína elástica llamada gluten que da estructura al pan. En cuanto a las recetas de este libro, dará buenos resultados cualquier harina blanca corriente. En ocasiones recomendamos harina sin refinar, ideal también para hacer pan.

## EL FERMENTO

Necesitaremos un cuenco pequeño, una cuchara de madera, agua caliente y un poco de azúcar. En cada receta se ofrecen las medidas exactas.

**1** Poner la levadura en el cuenco. Si es fresca, deshacerla con los dedos.



**2** Añadir el azúcar y la mitad del agua caliente y remover hasta que se disuelva la levadura.



**3** Dejar reposar la mezcla 10 minutos. Una vez que esté listo, el fermento tendrá un aspecto cremoso. Removerlo de nuevo antes de añadirlo a la masa.

## LA MASA

Emplearemos un cuenco y una cuchara de madera; y en cuanto a los ingredientes: harina, sal, fermento y el agua restante. Algunas recetas incorporan otros ingredientes.

- 1 Poner la harina en un cuenco y añadir la sal. Hacer un hueco en el centro y verter la mezcla de levadura, el agua y el resto de los ingredientes indicados en cada receta. Mezclar bien con una cuchara de madera hasta incorporar casi toda la harina.



- 2 La masa formará una bola basta en el fondo del cuenco. Espolvorear con un poco de harina una superficie, si es posible de madera. La harina empleada para esta tarea no está incluida en las cantidades indicadas en las recetas, así que hará falta un poco más. Con una espátula (o con las manos) trasladar la masa y trabajarla con los dedos hasta obtener una bola compacta.



- 3 Aplastarla con los nudillos extendiéndola un poco. Tomar el extremo más alejado de la masa y doblarlo hacia nosotros. A continuación aplastarla de nuevo con la palma de la mano. Doblando las muñecas, plegar otra vez la masa hacia nosotros y

darle otra vuelta. Repetir esta operación, lo más suavemente posible, durante 8 o 10 minutos. Una vez que la masa esté firme y deje de pegarse a las manos o a la superficie de trabajo, levantarla y dejarla caer con fuerza un par de veces. Este movimiento hará que se desarrolle el gluten. La masa estará lista cuando tenga una textura suave y elástica. Mostrará algunas burbujas de aire bajo la superficie y se recuperará después de aplastarla con la palma de la mano.



- 4 Una vez amasada, ponerla en un cuenco grande y limpio y cubrirla con un trapo.



La mayoría de los panes de este libro suben en dos tiempos. Durante ese periodo, la masa duplicará su volumen. Para comprobar si ha crecido lo suficiente, presionarla suavemente con el dedo: si permanece marcada la huella, la masa está lista. Los tiempos de reposo que se indican en cada receta son aproximados. No hay que olvidar que la levadura es un ingrediente vivo al que afectan la humedad y la temperatura del aire, entre otros factores. Algunos días necesitará más tiempo que otros.



# Pan de sésamo

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ Echar ambas harinas y la mitad de las semillas de sésamo en un cuenco grande. Mezclar y espolvorear con la sal.
- ▶ Añadir el fermento y el resto del agua y proceder como se indica en la página 29.
- ▶ Una vez que haya subido la masa (tarda alrededor de 1 hora), ponerla sobre una superficie ligeramente enharinada y trabajarla durante 2 o 3 minutos.
- ▶ Dividir la masa por la mitad para obtener dos piezas o entre 8 y 10 porciones para hacer panecillos.
- ▶ Disponer las piezas bien separadas en una o dos bandejas para horno (su volumen se duplicará cuando crezcan).
- ▶ Batir la clara de huevo con una cucharadita de agua y untar la superficie de las barras. Espolvorear éstas con las semillas de sésamo restantes.
- ▶ Cubrirlas con un trapo y dejarlas reposar durante 1 hora.
- ▶ Cocerlas en el horno precalentado a 200 °C durante 35 o 40 minutos (si son piezas grandes) o 30 minutos (si son piezas pequeñas).

**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 2 h de reposo

**Cocción:** 30-40 min

**Se obtiene alrededor de 1 kg de pan**

- ✓ 30 g de levadura prensada o 1 1/2 sobres de la seca
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 300 ml de agua caliente
- ✓ 450 g de harina blanca sin refinar
- ✓ 300 g de harina integral
- ✓ 2 cucharadas soperas de semillas de sésamo
- ✓ 2 cucharaditas de sal
- ✓ 1 clara de huevo







## Pan de comino

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28
- ▶ En un cuenco grande, juntar la harina con la sal, la mitad de las semillas de comino, el fermento y el resto del agua. Proceder luego como se indica en la página 29.
- ▶ Una vez que haya subido la masa (alrededor de 1 hora), pasarla a una superficie ligeramente enharinada y trabajarla durante 2 o 3 minutos.
- ▶ Dividir la masa en dos partes y ponerlas en una bandeja para horno aceitada. Espolvorearlas con las semillas de comino restantes y dejarlas crecer 30 minutos.
- ▶ Cocerlas en el horno precalentado a 200 °C durante 20 minutos.
- ▶ Pintarlas por arriba con la clara y el aceite y hornearlas 20 minutos más, hasta que el pan esté dorado y suene hueco al golpear su base.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 20 min + 1 h 30 min de reposo

**Cocción:** 40 min

**Se obtiene alrededor de 1,2 kg de pan**

- ✓ 45 g de levadura prensada o 3 sobres de la seca
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 300 ml de agua caliente
- ✓ 1 kg de harina corriente
- ✓ sal
- ✓ 2 cucharaditas de semillas de comino
- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra batido con 1 yema de huevo





# Pan integral con miel

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ En un cuenco grande, mezclar la harina con la sal, la miel, dos tercios de la mantequilla, el fermento y la cantidad del agua reservada que pida hasta conseguir una masa suave y fácil de trabajar. Proceder como se indica en la página 29.
- ▶ Una vez que la masa haya subido (alrededor de 1 hora), pasarla a una superficie ligeramente enharinada y trabajarla durante 2 o 3 minutos.
- ▶ Repartir la masa entre dos moldes aceitados y dejarla reposar durante 30 minutos más.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 190 °C durante unos 45 minutos, hasta que el pan esté bien dorado.
- ▶ Fundir el resto de la mantequilla y untar con ella la parte superior de los panes calientes.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 20 min + 1 h 45 min de reposo

**Cocción:** 45 min

**Se obtiene alrededor de 1,2 kg de pan**

- ✓ 45 g de levadura prensada o 3 sobres de la seca
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 500 ml de agua caliente
- ✓ 1 kg de harina integral
- ✓ 2 cucharaditas de sal
- ✓ 6 cucharadas soperas de miel
- ✓ 6 cucharadas soperas de mantequilla





## Pan de orégano

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ En un cuenco grande juntar la harina con el orégano, el fermento, la sal y el resto del agua. Proceder como se indica en la página 29.
- ▶ Una vez que la masa haya subido (alrededor de hora y media), pasarla con una espátula a una superficie ligeramente enharinada. Trabajarla durante unos minutos.
- ▶ Dividir la masa en 4 o 6 porciones y hacer barras de unos 35 cm de longitud.
- ▶ Colocarlas en dos bandejas para horno engrasadas. Unir los extremos de cada pieza dándoles a éstas forma redonda, o bien dejarlas alargadas si así se prefiere.
- ▶ Con un cuchillo de sierra, hacer una incisión de 1 cm de profundidad en la parte superior de cada barra.
- ▶ Cubrir las barras con un trapo y dejarlas reposar 30 minutos.
- ▶ Cocerlas en el horno precalentado a 200 °C durante unos 30 minutos, hasta que el pan esté dorado y suene hueco al golpear su base.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 1 h 30 min de reposo

**Cocción:** 30 min

Se obtiene alrededor de 1 kg de pan

- ✓ 30 g de levadura fresca o 2 sobres de la seca
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 300 ml de agua templada
- ✓ 750 g de harina blanca sin refinar
- ✓ 1 cucharada soperas de orégano fresco picado
- ✓ 2 cucharaditas de sal
- ✓ 6 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra







## Caracolas

- ▶ Con los 3 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28, añadiendo 1 cucharadita de azúcar.
- ▶ En un cuenco grande, echar la harina con 3 cucharadas soperas de azúcar, la sal, la nuez moscada, la canela y el clavo.
- ▶ Añadir a la harina 350 g de mantequilla.
- ▶ Hacer un hueco en el centro y volcar en él el fermento y la leche. Mezclar bien y añadir el huevo.
- ▶ Proceder luego como se indica en la página 29.
- ▶ Una vez que haya subido la masa (alrededor de hora y media), pasarla a una superficie ligeramente enharinada. Trabajarla durante un par de minutos y dividirla en dos partes.
- ▶ Formar con cada una un rectángulo de 25 x 38 cm aproximadamente. Añadir por encima la mitad de la mantequilla restante y la mitad del azúcar moreno. A continuación, incorporar las pasas y la mitad de la piel caramelizada. Enrollar cada rectángulo de masa empezando por la parte más estrecha.
- ▶ Cortar cada una de las dos piezas en 10 porciones y colocar éstas a 1 cm de distancia unas de otras en bandejas para horno engrasadas. Cubrir las con un trapo limpio y dejarlas reposar durante 30 minutos, o hasta que los bollos estén tiernos.
- ▶ Cocerlos en el horno precalentado a 200 °C hasta que estén dorados, unos 20 minutos.
- ▶ Para el glaseado, hervir 1 cucharada soperas de azúcar con la segunda medida de leche hasta que la mezcla esté espumosa. Untar con ella los bollos y espolvorearlos con el resto del azúcar.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 1 h 30 min de reposo

**Cocción:** 20 min

**Se obtienen alrededor de 20 bollos**

- ✓ 25 g de levadura fresca o 1 1/2 sobres de la seca
- ✓ 90 ml de agua caliente
- ✓ 6 cucharadas soperas de azúcar
- ✓ 625 g de harina corriente
- ✓ 1 cucharadita de sal
- ✓ 1 cucharadita de nuez moscada
- ✓ 1 cucharadita de canela
- ✓ un pellizco de clavo molido
- ✓ 500 g de mantequilla
- ✓ 250 ml de leche templada
- ✓ 1 huevo batido
- ✓ 125 g de azúcar moreno
- ✓ 90 g de pasas
- ✓ 2 cucharadas soperas de piel de naranja o limón caramelizada
- ✓ 2 cucharadas soperas de leche







## Pan de tomate picante

- ▶ Con los 2 primeros ingredientes preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ Añadir el agua necesaria a los tomates hasta conseguir 500 ml.
- ▶ En un cuenco grande, mezclar casi toda la harina con la mantequilla, la sal, el azúcar, la guindilla, la mitad del comino, la harina de maíz y el fermento hasta conseguir una masa firme. Añadir más harina si es necesario. Proceder luego como se indica en la página 29.
- ▶ Una vez que haya subido (alrededor de hora y media), pasar la masa a una superficie ligeramente enharinada. Trabajarla durante 2 minutos y dividirla en dos partes.
- ▶ Saltear la cebolla y los chiles en el aceite hasta que estén blandos e incorporarlos a la masa.
- ▶ Hacer dos bollos y dejarlos reposar durante 30 minutos.
- ▶ Untarlos con el huevo batido con agua y sal y espolvorearlos con el resto de las semillas de comino.
- ▶ Cocerlos en el horno precalentado a 190 °C durante 30 minutos.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 2 h de reposo

**Cocción:** 30 min

**Se obtiene 1 kg de pan**

- ✓ 25 g de levadura fresca o 1 1/2 sobres de la seca
- ✓ 4 cucharadas soperas de agua caliente
- ✓ 450 g de tomates de lata troceados
- ✓ 4 cucharadas soperas de mantequilla fundida
- ✓ 1 1/2 cucharadas de sal
- ✓ 6 cucharadas soperas de azúcar moreno
- ✓ 2 cucharadas soperas de guindilla picada
- ✓ 2 cucharadas soperas de semillas de comino
- ✓ 90 g de harina de maíz
- ✓ 625 g de harina corriente
- ✓ 1/2 cebolla
- ✓ 2 chiles
- ✓ 1 cucharada soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 1 huevo batido con 1 cucharada soperas de agua y una pizca de sal





## Tortas de romagna

- ▶ Mezclar en un cuenco la harina, el bicarbonato y un buen pellizco de sal.
- ▶ Formar un montón y hacer un agujero en el centro. Añadir la manteca y un poco de agua templada. Mezclar poco a poco con la harina, añadiendo sólo el agua que se precise para obtener una textura firme.
- ▶ Trabajar la masa hasta que quede suave, ponerla en un cuenco y taparla con un trapo.
- ▶ Dejarla reposar durante 30 minutos.
- ▶ Hacer luego con ella círculos de unos 20 cm de diámetro y 2 mm de grosor.
- ▶ Cocinar estas tortas a fuego muy fuerte en una sartén o una plancha, dándoles la vuelta una vez.
- ▶ Servirlas muy calientes con lonchas de jamón, salami y quesos frescos.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 25 min + 30 min de reposo

**Cocción:** 15 min

Se obtienen alrededor de 10 tortas

- ✓ 500 g de harina sin refinar
- ✓ 1 cucharadita de bicarbonato sódico
- ✓ sal
- ✓ 4 cucharadas soperas de manteca fundida
- ✓ 100 ml de agua templada





# Bollos de romero y pasas

- ▶ En una sartén freír a fuego lento una cucharada soperas y media de romero en 4 cucharadas soperas de aceite durante 10 minutos. Retirlo del fuego, desechar el romero y dejar que el aceite se enfríe.
- ▶ Preparar el fermento como se explica en la página 28.
- ▶ En un cuenco grande, juntar la harina con la sal, el aceite de romero, el fermento, el azúcar y el agua restante. Proceder como se indica en la página 29.
- ▶ Lavar las pasas, escurrirlas y secarlas con papel de cocina.
- ▶ Una vez que haya subido la masa (alrededor de 1 hora), pasarla a una superficie ligeramente enharinada y trabajarla 2 o 3 minutos. Incorporar las pasas y el resto del romero al amasarla.
- ▶ Dividir la masa entre 6 y 8 partes iguales, regarlas con el aceite restante y darles forma ovalada.
- ▶ Disponer los bollos bien separados sobre una bandeja aceitada (su volumen se duplicará al crecer). Con un cuchillo de sierra hacer una cruz en la superficie de cada bollo.
- ▶ Cubrirlos con un trapo y dejarlos reposar durante 30 minutos.
- ▶ Cocerlos en el horno precalentado a 200 °C durante 20 minutos.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 1 h 30 min de reposo

**Cocción:** 20 min

Se obtienen alrededor de 600 g

- ✓ 2 cucharadas soperas de hojas frescas de romero
- ✓ 5 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 15 g de levadura fresca o 1 sobre de la seca
- ✓ 2 cucharaditas de azúcar
- ✓ 150 ml de agua caliente
- ✓ 350 g de harina blanca sin refinar
- ✓ 1-2 cucharaditas de sal
- ✓ 90 g de pasas







## Magdalenas Margarita

- ▶ Poner a remojo las pasas con el tequila y el zumo de lima durante 30 minutos.
- ▶ En un cuenco grande, mezclar la harina, el azúcar, la levadura y el bicarbonato.
- ▶ Abrir un hueco en el centro y añadir los huevos y el suero de leche. A continuación, incorporar las ralladuras de lima y de limón y amasar hasta que quede suave.
- ▶ Rellenar con la mezcla unos moldes para magdalenas y espolvorear ligeramente la masa con sal.
- ▶ Cocer las magdalenas en el horno precalentado a 200 °C durante unos 20 minutos, hasta que estén doradas.

El delicioso aroma de lima evoca el sabor del refrescante cóctel conocido como Margarita.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 15 min

**Cocción:** 20 min

Se obtienen 12 piezas

- ✓ 60 g de pasas sultanas
- ✓ 2 cucharadas soperas de tequila
- ✓ 2 cucharadas soperas de zumo de lima recién exprimido
- ✓ 250 g de harina corriente
- ✓ 90 g de azúcar
- ✓ 1 cucharadita de levadura en polvo
- ✓ 1 cucharadita de bicarbonato
- ✓ 2 huevos batidos
- ✓ 250 ml de suero de leche
- ✓ 1 cucharada soperas de ralladura de limón
- ✓ 1 cucharada soperas de ralladura de lima
- ✓ sal







## Pan rápido de cerveza y queso

- ▶ Echar la harina, el azúcar y el queso en un cuenco grande.
- ▶ Mezclarlo todo bien y añadir la cerveza. Amasar hasta que quede suave.
- ▶ Engrasar un molde para pan de 23 x 13 cm y espolvorearlo con el pan rallado. Llenarlo con la masa.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 180 °C durante 45 minutos.
- ▶ Sacar el pan y untarlo con la mantequilla fundida.
- ▶ Hornearlo unos 10 minutos más, hasta que el pan esté dorado.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 10 min

**Cocción:** 55 min

**Se obtiene 1 pan pequeño**

- ✓ 350 g de harina con levadura
- ✓ 2 cucharadas soperas de azúcar
- ✓ 200 g de queso cheddar o emmental rallado
- ✓ 375 ml de cerveza
- ✓ 2 cucharadas soperas de pan rallado
- ✓ 2 cucharadas soperas de mantequilla fundida





## Tortas integrales o chapatis

- ▶ En un cuenco grande, mezclar la harina y la sal.
- ▶ Abrir un hueco en el centro y echar poco a poco el agua necesaria para conseguir una masa suave y fácil de trabajar.
- ▶ Engrasarse bien las manos con el aceite y trabajarla durante unos 3 minutos.
- ▶ Dividir la masa en 10 porciones iguales. Hacer rápidamente 10 bolas y aplanarlas con las manos hasta que midan unos 18 cm. Dejarlas sobre una superficie enharinada.
- ▶ Cocinarlas por ambos lados en una sartén baja o una plancha, presionando hacia abajo los extremos.
- ▶ Una vez hechas, untar cada uno de los lados con un poco de ghee o mantequilla. Servirlas calientes.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 20 min

**Cocción:** 50 min

**Se obtienen 10 tortas**

- ✓ 350 g de harina integral
- ✓ 1 cucharadita de sal
- ✓ agua caliente
- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite vegetal
- ✓ 4 cucharadas soperas de ghee (ver pág. 24) o mantequilla





## Pan de frutas

- ▶ Poner los higos y las ciruelas a remojar en agua caliente durante 1 hora.
- ▶ Cocerlos durante 15 minutos a fuego suave en una cazuela de fondo grueso junto con los dátiles y el agua.
- ▶ Sacar las frutas y trocearlas gruesas. Juntarlas en un cuenco con las otras frutas.
- ▶ Dejar en la cazuela 200 ml de agua y, cuando se enfrie un poco, añadir la levadura y remover.
- ▶ Mezclarlo bien con la mitad de la harina y dejarlo reposar 1 hora.
- ▶ Añadir las especias, la sal, los frutos secos y la cantidad de harina restante necesaria para obtener una masa firme. Trabajar ésta como se indica en la página 29 hasta que quede suave.
- ▶ Una vez transcurrido el segundo periodo de reposo (alrededor de 1 hora), dividirla en tres piezas ovaladas. Untarlas con la leche y espolvorearlas con las almendras laminadas.
- ▶ Dejarlas otros 30 minutos para que suban.
- ▶ Cocerlas en el horno precalentado a 200 °C durante unos 50 minutos, hasta que los panes estén dorados y suenen a hueco al golpear su base.



**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 2 h 30 min de reposo

**Cocción:** 45 min

**Se obtienen 3 panes**

- ✓ 500 g de higos secos
- ✓ 500 g de ciruelas secas
- ✓ 500 g de dátiles
- ✓ 60 g de uvas pasas
- ✓ 60 g de grosellas secas
- ✓ 1 cucharada soperas de limón caramelizado picado
- ✓ 1 cucharada soperas de piel de limón y de naranja caramelizados y picados
- ✓ 60 g de almendras blanqueadas picadas
- ✓ 30 g de levadura fresca o 2 sobres de la seca
- ✓ 500 g de harina
- ✓ 1/4 cucharadita de canela
- ✓ 1/4 cucharadita de clavo molido
- ✓ 1/2 cucharadita de sal
- ✓ 2 cucharadas soperas de leche
- ✓ 3 cucharadas soperas de almendras picadas

Este pan es muy saludable y nutritivo. Puede conservarse envasado al vacío hasta 5 días.



# Pizzas





# Pizza de tomate, alcaparras y anchoas

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Una vez que haya subido, trabajarla durante 1 minuto sobre una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Dar forma a la pizza como se explica en la página 71 y disponerla sobre una bandeja de horno engrasada.
- ▶ Extender por encima el tomate y añadir el queso, las anchoas y las alcaparras.
- ▶ Regarlo todo con una cucharada sopera de aceite.
- ▶ Meter la pizza en el horno precalentado a 230 °C durante 12 minutos.
- ▶ Sacar la pizza del horno y espolvorearla con orégano. Meterla de nuevo en el horno para que termine de hacerse.
- ▶ Transcurrido ese tiempo, regar con el resto del aceite y servir de inmediato.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 15-20 min

**Se obtiene 1 pizza redonda**  
de unos 30 cm de diámetro

## Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza  
(receta en pág. 70)

## Relleno

- ✓ 250 g de tomates de lata  
escurridos y troceados
- ✓ 250 g de queso mozzarella en  
rodajas
- ✓ 6 filetes de anchoa enteros o  
machacados
- ✓ 1 cucharada sopera de alcaparras
- ✓ 3 cucharadas soperas de aceite de  
oliva virgen extra
- ✓ 1 cucharadita de orégano







# Calzone de chorizo y queso

- ▶ Preparar la masa como se explica en la página 70.
- ▶ Juntar el ricotta, el parmesano y los huevos en un cuenco. Añadir el mozzarella, el chorizo y la sal. Mezclarlo todo bien.
- ▶ Una vez que haya subido la masa, trabajarla brevemente sobre una superficie enharinada y dividirla en cuatro partes iguales.
- ▶ Extender la masa formando cuatro círculos de unos 23 cm de diámetro, como se indica en la página 71.
- ▶ Cubrir con cada parte del relleno la mitad de cada pizza, dejando 2,5 cm alrededor para sellar la masa. Doblar encima la otra mitad (como si fuera una empanadilla) y presionar el contorno para cerrarla. Untar cada calzone con el tomate y el aceite y ponerlas sobre una plancha engrasada.
- ▶ Meter las pizzas en el horno precalentado a 230 °C y dejar que se hagan durante 20 o 25 minutos. Cuando esté hecha, la calzone se hinchará y tendrá un color dorado. Servirla caliente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 35 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 20-25 min

Se obtienen 4 piezas

## Base

- ✓ 3 raciones de masa para pizza (receta en pág. 70)

## Relleno

- ✓ 250 g de queso ricotta suave
- ✓ 6 cucharadas soperas de queso parmesano recién rallado
- ✓ 2 huevos
- ✓ 250 g de queso mozzarella en dados
- ✓ 125 g de chorizo en dados
- ✓ sal
- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 4 cucharadas soperas de tomate pelado y troceado







## Pizza de tomate fresco y ajo

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Introducir los tomates en agua hirviendo durante 1 minuto. Sacarlos y pelarlos. Cortarlos por la mitad y quitar las semillas todo lo que sea posible. Cortarlos de nuevo por la mitad y dejarlos escurrir en un colador durante 10 minutos.
- ▶ Una vez que haya subido la masa, trabajaría 1 minuto sobre una superficie enharinada.
- ▶ Dar forma a la pizza como se indica en la página 71 y colocarla sobre una bandeja engrasada.
- ▶ Extender por encima el tomate y los ajos. Espolvorearlo todo con orégano, sal y pimienta y regarlo con 1 cucharada de aceite.
- ▶ Meter la pizza en el horno precalentado a 230 °C y dejarla durante 20 o 25 minutos.
- ▶ Una vez hecha, regarla con el resto del aceite y servirla caliente.

### Variación

Añadir, si se desea, 250 g de mozzarella en lonchitas finas.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 30 min + 1 h de reposo para la masa

**Cocción:** 20-25 min

Se obtiene 1 pizza redonda de unos 30 cm de diámetro

### Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza (receta en pág. 70)

### Relleno

- ✓ 350 g de tomates maduros
- ✓ 2 dientes de ajo picados
- ✓ 1 cucharadita de orégano
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 3 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra





# Pizza de masa gruesa

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Cuando haya subido, trabajarla durante 1 minuto sobre una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Dar forma a la pizza como se indica en la página 71 y disponerla sobre una bandeja engrasada.
- ▶ Extender el tomate sobre ella y espolvorearlo con la albahaca, las aceitunas, la cebolla, el parmesano y el orégano. Terminar con las anchoas, si se emplean, y regarlo todo con una cucharada de aceite.
- ▶ Hornearla a 230 °C durante 30 minutos.
- ▶ Una vez hecha la pizza, regarla con el aceite restante y servirla caliente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 30 min + 2 h de reposo para la masa

**Cocción:** 30 min

Se obtiene 1 pizza de unos 28 cm de diámetro

## Base

- ✓ 1  $\frac{1}{4}$  ración de masa para pizza (receta en pág. 70)

## Relleno

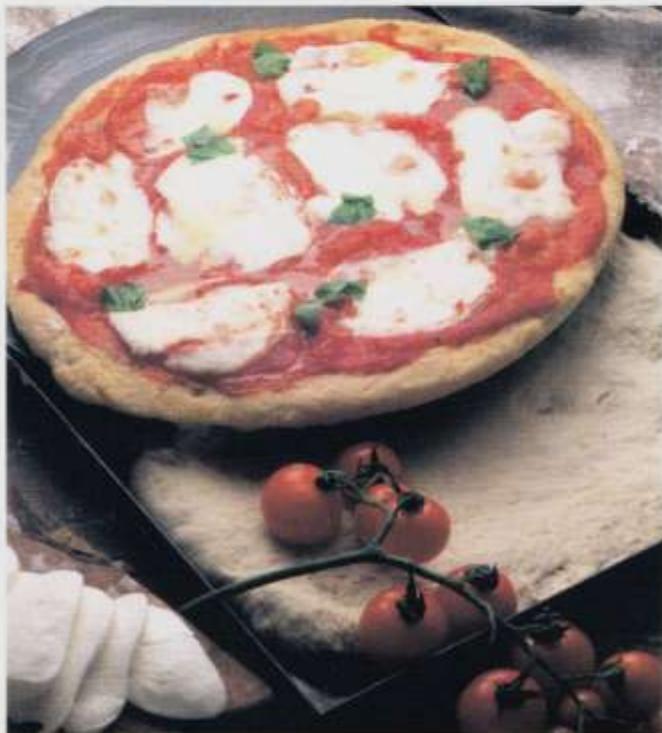
- ✓ 350 g de tomates de lata escurridos y troceados
- ✓ 6 hojas de albahaca fresca
- ✓ 90 g de aceitunas negras
- ✓ 1 cebolla pequeña en rodajas finas
- ✓ 60 g de queso parmesano recién rallado
- ✓ 1 cucharadita de orégano
- ✓ 6 filetes de anchoa aplastados (opcional)
- ✓ 3 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra





# Pizza margarita

- ▶ Preparar la masa según se indica en la página 70.
- ▶ Una vez que haya subido, trabajarla durante 1 minuto sobre una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Dar forma a la pizza como se indica en la página 71 y ponerla en una bandeja engrasada.
- ▶ Extender el tomate por encima, cubrirlo con mozzarella y espolvorear con sal y parmesano. Regarla con una cucharada de aceite.
- ▶ Dejar que se haga en el horno precalentado a 250 °C durante 15 o 20 minutos.
- ▶ Una vez hecha, distribuir las hojas de albahaca, regarla con el aceite restante y servirla caliente.



**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 30 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 15-20 min

Se obtiene 1 pizza redonda  
de unos 30 cm de diámetro

## Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza  
(receta en pág. 70)

## Relleno

- ✓ 250 g de tomates de lata  
escurridos y troceados
- ✓ 250 g de queso mozzarella en  
rodajas finas
- ✓ sal
- ✓ 1 cucharada sopera de queso  
parmesano recién rallado
- ✓ 3 cucharadas soperas de aceite de  
oliva virgen extra
- ✓ 9 hojas de albahaca fresca



# Pizza variada

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Una vez que haya subido, trabajarla durante 1 minuto en una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 y ponerla en una bandeja engrasada.
- ▶ Extender el tomate por encima y añadir el jamón, las anchoas, el queso, las alcachofas, los champiñones, las aceitunas y los ajos. Espolvorearla con el orégano y regarla con 1 cucharada de aceite.
- ▶ Dejar que se haga en el horno precalentado a 230 °C durante 15 o 20 minutos.
- ▶ Una vez hecha la pizza, regarla con el aceite restante y servirla caliente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 30 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 15-20 min

Se obtiene 1 pizza de unos 30 cm

## Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza (receta en pág. 70)

## Relleno

- ✓ 250 g de tomates de lata escurridos y troceados
- ✓ 60 g de jamón cocido en tiras
- ✓ 6 filetes de anchoa
- ✓ 125 g de queso mozzarella en dados
- ✓ 60 g de alcachofas partidas
- ✓ 60 g de champiñones pequeños partidos por la mitad
- ✓ 60 g de aceitunas verdes deshuesadas en rodajas
- ✓ 2 dientes de ajo en lonchas finas
- ✓ 1 cucharadita de orégano
- ✓ 3 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra







# Pizza de alcachofas

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Eliminar los tallos de las alcachofas y las hojas más duras y recortar la parte superior. Partirlas por la mitad y retirar cualquiera que aparezca manchada. Remojarlas en un cuenco con agua fría y zumo de limón durante 10 minutos.
- ▶ Escurrir las alcachofas, secarlas con papel de cocina y cortarlas en lonchas finas.
- ▶ Saltearlas a fuego mediano en una sartén con 1 cucharada de aceite durante 3 minutos, removiendo con frecuencia. Sazonarlas con sal.
- ▶ Una vez que haya subido la masa, trabajarla durante 1 minuto en una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 y disponerla sobre una bandeja engrasada.
- ▶ Untar la pizza con media cucharada de aceite y distribuir por encima las alcachofas. Sazonarla con sal y pimienta y poner el queso encima. Regarla con 1 cucharada de aceite.
- ▶ Dejar que se haga en el horno precalentado a 250 °C durante 15 o 20 minutos.
- ▶ Una vez hecha la pizza, regarla con el aceite restante y servirla caliente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 30 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 15-20 min

Se obtiene 1 pizza redonda  
de unos 30 cm de diámetro

## Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza  
(receta en pág. 70)

## Relleno

- ✓ 4 alcachofas globo
- ✓ el zumo de 1 limón
- ✓ 4 cucharadas soperas de aceite de  
oliva virgen extra
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 125 g de queso fontina en lonchas  
finitas







# Pizza de jamón y rúcula

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Una vez que haya subido, trabajarla durante 1 minuto en una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 y pasarla a una bandeja engrasada.
- ▶ Untar la superficie con 1 cucharada de aceite y espolvorearla con un poco de sal.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 230 °C durante 7 o 9 minutos.
- ▶ Sacar la pizza del horno y distribuir el queso mozzarella por encima. Volver a hornearla durante 7 o 9 minutos más.
- ▶ Una vez hecha la pizza, adornarla con el jamón y la rúcula, regarla con el aceite restante y servirla caliente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 30 min + 1 h de reposo para la masa

**Cocción:** 14-18 min

Se obtiene 1 pizza redonda de unos 30 cm de diámetro

## Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza (receta en pág. 70)

## Relleno

- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ sal
- ✓ 150 g de queso mozzarella en rodajas
- ✓ 90 g de jamón serrano en lonchas finas
- ✓ 1 puñado de rúcula



Si se desea, se pueden añadir unas lonchas de tomate maduro sobre el jamón y la rúcula.





# Pizza de berenjenas

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Cortar la berenjena en rodajas de 1 cm de grosor y untarlas ligeramente con la mitad del aceite.
- ▶ Asarlas en una parrilla durante 5 minutos, dándoles la vuelta con frecuencia. Regarlas con la sal, el ajo y el perejil y reservarlas.
- ▶ Una vez que haya subido la masa, trabajarla durante 1 minuto en una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 y disponerla sobre una bandeja engrasada.
- ▶ Extender sobre ella el tomate y el queso. Regarla con 1 cucharada de aceite.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 230 °C durante 10 o 15 minutos.
- ▶ Sacar la pizza y cubrirla con las rodajas de berenjena. Hornearla 5 minutos más.
- ▶ Una vez hecha, salpicar la albahaca, regarla con el aceite restante y servirla caliente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 40 min + 1 h de reposo para la masa

**Cocción:** 15-20 min

Se obtiene 1 pizza redonda de unos 30 cm de diámetro

## Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza (receta en pág. 70)

## Relleno

- ✓ 1 berenjena de unos 350 g
- ✓ 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ sal
- ✓ 2 dientes de ajo en rodajitas
- ✓ 2 cucharadas soperas de perejil picado
- ✓ 250 g de tomates de lata escurridos y troceados
- ✓ 180 g de mozzarella en dados
- ✓ 8 hojas de albahaca fresca





## Pizzas rápidas

- ▶ Untar ambas caras de cada rebanada de pan con la mitad del aceite.
- ▶ Extender sobre ellas el tomate y a continuación poner encima el queso, las anchoas –si se emplean–, las alcaparras y el orégano.
- ▶ Regarlas con el aceite restante y ponerlas en una bandeja engrasada.
- ▶ Tostarlas en el horno precalentado a 230 °C durante 8 o 10 minutos, hasta que se funda el queso y se doren ligeramente. Servirlas calientes.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 10 min

**Cocción:** 8-10 min

**Se obtienen 4 piezas**

- ✓ 4 rebanadas grandes de pan
- ✓ 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 250 g de tomates de lata escurridos y troceados
- ✓ 200 g de queso mozzarella en rodajas
- ✓ 4 filetes de anchoa (opcional)
- ✓ 1 cucharada soperas de alcaparras
- ✓ 1 cucharadita de orégano





# Pizza de pimientos

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Saltear la cebolla a fuego suave con 2 cucharadas de aceite durante 3 minutos. Añadir los pimientos y, transcurridos 1 o 2 minutos, los tomates y las alcaparras. Sazonarlo con sal y dejarlo cocer removiéndolo durante 10 minutos.
- ▶ Añadir la albahaca y retirarlo del fuego.
- ▶ Una vez que haya subido la masa, trabajarla durante 1 minuto en una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 y ponerla sobre una bandeja engrasada.
- ▶ Extender por encima la mezcla de los pimientos, espolvorearla con el queso y regarla con el aceite restante.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 250 °C durante 15 o 20 minutos. Servirla caliente.



**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 20 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 25-30 min

Se obtiene 1 pizza de unos 30 cm

## Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza (receta en pág. 70)

## Relleno

- ✓ 1 cebolla pequeña en rodajas
- ✓ 3 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 350 g de pimientos en rodajas
- ✓ 250 g de tomates de lata escurridos y troceados
- ✓ 1 cucharada soperas de alcaparras
- ✓ sal
- ✓ 6 hojas de albahaca fresca
- ✓ 4 cucharadas soperas de queso pecorino o parmesano recién rallado



# Cómo hacer pizzas en casa



**P**reparar la pizza en casa resulta divertido y sencillo. Es ideal cuando se dispone de poco tiempo, porque la masa puede prepararse con antelación y hay muchas combinaciones que estarán listas en cuestión de pocos minutos. A la mayoría de los niños les encanta la pizza y disfrutarán ayudando a amasar y añadiendo el queso o las hierbas.

## Preparación de la masa

La levadura para pizza se puede adquirir en dos formas: en polvo o fresca y prensada. La primera se vende en bolsas de 7,5 g.

Con esta receta se obtienen unos 350 g. Bastará para preparar una pizza para 1 o 2 personas.

- ✓ 15 g de levadura fresca o 1 bolsa de levadura en polvo
- ✓ 150 ml de agua caliente
- ✓ 300 g de harina
- ✓ 1 cucharadita de sal

**1** Poner la levadura en un cuenco pequeño. Añadir la mitad del agua y remover con un tenedor hasta que se disuelva la levadura. Dejarla reposar 10 minutos.



**2** Echar la harina y la sal en un cuenco. Incorporar la levadura y los demás ingredientes. Removerlo todo bien hasta que se incorpore la harina.



**3** Hacer una bola con la masa y ponerla sobre una superficie de trabajo enharinada. Apretarla con los nudillos para extenderla un poco. Coger un extremo de la masa y plegarlo. Extenderlo otra vez con la palma de la mano. Doblar la muñeca y plegar de nuevo. Repetir el proceso hasta que la masa esté bien trabajada (alrededor de 5 minutos).

**4** Guardar la masa en un cuenco grande y limpio y cubrirla con un trapo. Hay que esperar a que duplique su volumen. Para saber si ha subido lo suficiente, se aprieta la masa con un dedo; si queda la marca es que está lista.



## Dar forma a la pizza

**1** Una vez que la masa ha subido, trabajarla durante 1 minuto sobre una superficie ligeramente enharinada. Si se quiere preparar más de una pizza, habrá que dividirla. Hacer una bola con cada pieza y aplanarla un poco con las manos. Estirla luego con el rodillo hasta darle forma circular y el grosor deseado. Por último emplear los dedos para levantar un reborde alrededor y evitar así que se desborde el relleno durante la cocción.



**2** Para darle forma a mano, meter la masa en el molde y estirla con las palmas y las puntas de los dedos hasta que forme un círculo. Ir presionándola hasta que tenga el grosor requerido.

**3** Una vez que se ha dado forma a la pizza y se ha extendido en la bandeja o el molde, dejarla reposar 10 minutos antes de añadir el relleno. Así, la masa tendrá tiempo para ganar volumen y una vez acabada resultará más ligera y sabrosa.



**4** Para preparar un calzone, proceder igual que con la pizza normal, dando forma circular a la masa. Colocar el relleno sobre la mitad de la masa, dejando 2,5 cm libres alrededor del borde. Doblar sobre él la otra mitad y presionar con los dedos para sellar los bordes.





# Pizza de aceitunas, cebolla y anchoas

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Saltear las cebollas con 2 cucharadas de aceite durante unos 15 minutos, hasta que estén blandas. Sazonarlas con sal y pimienta y dejarlas enfriar.
- ▶ Una vez que haya subido la masa, trabajarla durante 1 minuto en una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 y ponerla sobre una bandeja engrasada.
- ▶ Extender la cebolla sobre la pizza y añadir después las aceitunas, las anchoas, el ajo y el orégano. Cocerla en el horno precalentado a 230 °C durante 20 o 25 minutos. Servirla caliente.



**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 20 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 35-40 min

Se obtiene 1 pizza redonda  
de unos 30 cm de diámetro

## Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza (receta en pág. 70)
- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra

## Relleno

- ✓ 300 g de cebollas rojas en rodajas finas
- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 90 g de aceitunas negras
- ✓ 12 filetes de anchoas
- ✓ 3 dientes de ajo picados (opcional)
- ✓ 1 cucharadita de orégano





# Calzone supremo de cebolla

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Saltear las cebollas en una sartén grande con 2 o 3 cucharadas de aceite durante 5 minutos. Añadir los tomates, las aceitunas, las anchoas, las alcaparras, la albahaca y la sal. Mezclarlo todo bien y dejarlo a fuego suave durante 5 minutos.
- ▶ Retirarlo del fuego y cuando la mezcla esté fría, añadir el pecorino.
- ▶ Una vez que haya subido la masa, trabajarla en una superficie ligeramente enharinada y dividirla en cuatro partes iguales.
- ▶ Hacer cuatro círculos de unos 23 cm de diámetro, como se indica en la página 71.
- ▶ Extender el relleno sobre la mitad de cada pizza dejando 2,5 cm libres en el borde para sellarla. Doblar encima la otra mitad y presionar los bordes con firmeza.
- ▶ Untar cada calzone con el aceite restante y disponerlos sobre una bandeja de horno engrasada.
- ▶ Cocerlos en el horno precalentado a 230 °C durante 20 o 25 minutos.
- ▶ Servirlos calientes.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 35 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 30-35 min

**Se obtienen 4 piezas**

## Base

- ✓ 3 raciones de masa para pizza (receta en pág. 70)

## Relleno

- ✓ 600 g de cebollas en rodajas
- ✓ 4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 250 g de tomates de lata escurridos y picados
- ✓ 200 g de aceitunas negras sin hueso partidas por la mitad
- ✓ 8 filetes de anchoa aplastados
- ✓ 2 cucharadas soperas de alcaparras
- ✓ 8 hojas de albahaca fresca
- ✓ sal
- ✓ 125 g de queso pecorino en dados



Esta receta proviene de Puglia, el talón de Italia, donde cualquier plato de pasta o pizza resulta delicioso.





## Pizza de anchoas frescas

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Limpiar las anchoas. Eliminar las cabezas y la espina y separar los dos lomos (se pueden dejar unidos por la cola). Lavarlos y secarlos con papel de cocina.
- ▶ Una vez que la masa haya subido, trabajarla durante 1 minuto en una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 y ponerla sobre una bandeja engrasada.
- ▶ Untar la masa con un poco de aceite y disponer encima las anchoas. Añadir el ajo, el orégano y un poco de sal y pimienta. Regarlo con una cucharada de aceite.
- ▶ Dejar que se haga en el horno precalentado a 230 °C durante 12 o 15 minutos.
- ▶ Una vez hecha, regarla con el aceite restante y servirla caliente.



**Dificultad:** media

**Preparación:** 30 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 12-15 min

Se obtiene 1 pizza redonda  
de unos 30 cm de diámetro

### Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza  
(receta en pág. 70)

### Relleno

- ✓ 350 g de anchoas frescas
- ✓ 3 cucharadas soperas de aceite de  
oliva virgen extra
- ✓ 3 dientes de ajo en rodajas
- ✓ 1 cucharadita de orégano
- ✓ sal y pimienta negra recién molida

**Esta pizza es el no va más para  
los aficionados a las anchoas.**





## Pizza de jamón y queso

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Una vez que ha subido la masa, trabajarla durante 1 minuto en una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 y pasarla a una bandeja engrasada.
- ▶ Untar la masa con un poco de aceite y poner encima el jamón partiendo cada loncha en 2 o 3 trozos. Añadir el queso y la guindilla. Regarlo todo con una cucharada de aceite.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 230 °C durante 15 o 20 minutos.
- ▶ Una vez hecha, regarla con el aceite restante y servirla caliente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 20 min + 1 h de reposo para la masa

**Cocción:** 15-20 min

Se obtiene 1 pizza redonda de unos 30 cm de diámetro

### Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza (receta en pág. 70)

### Relleno

- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 125 g de jamón en lonchas
- ✓ 180 g de queso mozzarella en dados
- ✓ 1 cucharadita de guindilla desmenuzada (opcional)





# Pizzas fritas

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Una vez que haya subido, trabajarla en una superficie ligeramente enharinada y dividirla en 6 partes iguales.
- ▶ Dar forma a 6 círculos de unos 23 cm de diámetro.
- ▶ Cubrir la mitad de cada círculo con rodajas de mozzarella y tomate, dejando 2,5 cm libres en el borde para sellar la pizza. Añadir las anchoas, el perejil, la sal y la pimienta. Doblarla por la mitad y presionar los bordes para cerrarlos.
- ▶ Calentar el aceite en una sartén grande y freír las pizzas, de dos en dos, hasta que estén doradas. Servirlas calientes.

Contar con un tomate por persona si se considera aperitivo y dos o más si es plato principal.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 25 min + 1 h de reposo para la masa

**Cocción:** 20-25 min

**Para 3-6 personas**

## Base

- ✓ 3 raciones de masa para pizza (receta en pág. 70)

## Relleno

- ✓ 450 g de queso mozzarella en rodajas
- ✓ 6 tomates en rodajas
- ✓ 8 filetes de anchoa picados
- ✓ 2 cucharadas soperas de perejil picado
- ✓ sal y pimienta negra
- ✓ 500 ml de aceite para freír





## Pizza de gorgonzola, nueces y peras

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70, pero con harina integral.
- ▶ Una vez que haya subido, trabajarla sobre una superficie ligeramente enharinada añadiendo el queso parmesano.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 y colocarla en una bandeja engrasada.
- ▶ Extender los quesos sobre la pizza, a continuación los trozos de pera, el romero, la cebolla y las nueces. Añadir un poco de sal y pimienta y regarlo con la mitad del aceite.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 230 °C durante 20 o 25 minutos.
- ▶ Una vez hecha la pizza, regarla con el aceite restante y servirla caliente.



**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 20 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 15-20 min

Se obtiene 1 pizza de unos 30 cm

### Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza (receta en pág. 70)
- ✓ 125 g de queso parmesano rallado

### Relleno

- ✓ 150 g de queso gorgonzola aplastado
- ✓ 150 g de queso mozzarella en dados
- ✓ 60 g de peras secas troceadas
- ✓ 1 cucharadita de hojas de romero frescas
- ✓ 1 cebolla roja grande en rodajas
- ✓ 60 g de nueces picadas
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 6 cucharadas de aceite de oliva virgen extra





## Calzone de acelgas

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Lavar las acelgas, escurrirlas bien y cortarlas en tiras. Disponerlas en un recipiente de fondo grueso con 2 o 3 cucharadas de aceite, el ajo, la guindilla –si se emplea–, y sal al gusto. Cocerlas a fuego más bien bajo durante unos 10 minutos, hasta que estén tiernas, removiéndolas de vez en cuando. Al principio de la cocción deben permanecer tapadas. Añadir luego las aceitunas y dejar que cuezan 2 o 3 minutos más. Retirarlas del fuego y dejar que se enfrien.
- ▶ Una vez que haya subido la masa, trabajarla durante 1 minuto en una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 hasta conseguir 4 círculos de unos 23 cm de diámetro.
- ▶ Repartir el relleno en la mitad de cada calzone dejando 2,5 cm libres en el borde para sellarlo. Doblar la otra mitad y presionar el contorno para cerrarlo.
- ▶ Untar cada calzone con el aceite restante y disponerlos sobre una bandeja para horno engrasada.
- ▶ Cocerlos en el horno precalentado a 230 °C durante 20 o 25 minutos.
- ▶ Servirlos calientes.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 40 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 20-25 min

**Se obtienen 4 piezas**

### Base

- ✓ 3 raciones de masa para pizza  
(receta en pág. 70)

### Relleno

- ✓ 750 g de acelgas frescas
- ✓ 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 2 dientes de ajo en rodajas
- ✓ 1 cucharadita de guindilla picada (opcional)
- ✓ 200 g de aceitunas negras sin hueso
- ✓ sal





# Pizzas liliput

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Para hacer el relleno de tomate, introducir en agua hirviendo los tomates durante 1 minuto y a continuación en agua fría. Quitarles la piel y cortarlos. Echarlos en un cuenco y añadir la sal, la pimienta, el ajo y las alcaparras.
- ▶ Una vez que la masa haya subido, trabajarla durante 1 minuto en una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 hasta obtener 16 pizzas iguales de unos 5 cm de diámetro.
- ▶ Colocarlas sobre una bandeja engrasada.
- ▶ Extender un poco de la mezcla de tomate sobre cada una, encima mozzarella y regarlas luego con un poco de aceite.
- ▶ Dejar que se hagan en el horno precalentado a 230 °C durante 15 o 20 minutos.
- ▶ Para elaborar el relleno de queso, trocear el gorgonzola y calentarlo a fuego muy lento en un recipiente de fondo grueso. Cuando esté caliente y se haya fundido un poco, extenderlo sobre las pizzas.
- ▶ Añadir el mozzarella y la pimienta y rematar con una hoja de salvia.
- ▶ Regar las pizzas con el aceite y cocerlas en el horno precalentado a 230 °C durante 15 o 20 minutos.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 40 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 15-20 min

Se obtienen 16 pizzas pequeñas

## Base

- ✓ 2 raciones de masa para pizza (receta en pág. 70)

## Relleno de tomate

- ✓ 4-6 tomates maduros
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 2 dientes de ajo en rodajitas
- ✓ 1 cucharada soperas de alcaparras
- ✓ 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 125 g de queso mozzarella en dados

## Relleno de queso

- ✓ 250 g de queso gorgonzola
- ✓ pimienta negra
- ✓ 125 g de queso mozzarella en dados
- ✓ 6 hojas de salvia fresca
- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra



Estas diminutas pizzas, cuyo relleno puede variarse, son un aperitivo ideal para niños hambrientos.





# Pizza de setas

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Limpiar las setas y pasarlas por el chorro de agua fría. Secarlas y cortarlas en lonchas finas.
- ▶ Saltear las setas con 1 cucharada de aceite a fuego muy vivo durante 2 o 3 minutos. Escurrir el exceso de líquido y añadir el perejil y el ajo. Darles unas vueltas y retirarlas del fuego.
- ▶ Una vez que la masa haya subido, trabajarla durante 1 minuto en una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 y pasarla a una bandeja engrasada.
- ▶ Extender por encima las setas y espolvorearlas con un poco de sal y pimienta. Regarla con el aceite restante y cocerla en el horno precalentado a 230 °C durante 15 o 20 minutos.
- ▶ Servirla caliente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 30 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 15-20 min

**Se obtiene 1 pizza redonda**  
de unos 30 cm de diámetro

## Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza  
(receta en pág. 70)

## Relleno

- ✓ 250 g de setas
- ✓ 3 cucharadas de aceite de oliva  
virgen extra
- ✓ 1 cucharada sopera de perejil  
picado
- ✓ 1 diente de ajo picado
- ✓ sal y pimienta negra recién molida







# Pizza cuatro estaciones

- ▶ Preparar la masa como se indica en la página 70.
- ▶ Remojar los mejillones durante 1 hora en un cuenco grande con agua. Limpiarlos y lavarlos bien en agua fría.
- ▶ Lavar los champiñones y saltearlos a fuego vivo durante 3 o 4 minutos con 1 cucharada de aceite. Sazonarlos con sal y retirarlos del fuego.
- ▶ Echar los mejillones en una sartén grande y cocerlos a fuego vivo moviendo la sartén con frecuencia. Una vez abiertos, retirar las cáscaras de todos dejando las de cuatro. Escurrir el líquido que hayan soltado en un cuenco y dejar en él los mejillones.
- ▶ Una vez que haya subido la masa, trabajarla 1 minuto en una superficie ligeramente enharinada.
- ▶ Darle forma como se indica en la página 71 y disponerla sobre una bandeja engrasada.
- ▶ Extender encima el tomate y añadir la sal.
- ▶ Imaginar que la pizza está dividida en cuatro partes iguales: extender en una los champiñones, en otra las alcachofas, en otra las aceitunas y las anchoas, y en la última el ajo.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 230 °C durante 15 o 20 minutos.
- ▶ Una vez hecha la pizza, repartir los mejillones en la parte adornada con tomate y ajo. Regarla con el aceite restante y servirla caliente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 15 min + 1 h  
de reposo para la masa

**Cocción:** 15-20 min

Se obtiene 1 pizza redonda  
de unos 30 cm de diámetro

## Base

- ✓ 1 ración de masa para pizza  
(receta en pág. 70)

## Relleno

- ✓ 350 g de mejillones con cáscara
- ✓ 150 g de champiñones
- ✓ 3 cucharadas soperas de aceite de  
oliva virgen extra
- ✓ sal
- ✓ 200 g de tomates de lata  
escurridos y picados
- ✓ 90 g de alcachofas en conserva  
partidas por la mitad
- ✓ 2 filetes de anchoa picados
- ✓ 1 diente de ajo en rodajitas







# Empanadas





# Empanadillas de verdura

- ▶ Lavar las hojas de espinaca o acelga y cocerlas en agua hirviendo con sal durante 5 o 7 minutos. Escurrirlas y picarlas.
- ▶ Sofreír la cebolla en la mantequilla a fuego suave hasta que esté blanda. Añadir las espinacas y rehogarlas ligeramente, removiendo sin parar. Sazonar con sal y pimienta.
- ▶ Juntar la harina con una pizca de sal en un cuenco. Hacer un hueco en el centro y echar dentro los huevos. Mezclarlo con un tenedor, incorporando poco a poco la harina. Añadir también poco a poco la leche hasta conseguir una masa que no se pegue al cuenco.
- ▶ Amasarla hasta que tenga una textura suave y elástica.
- ▶ Con un rodillo bien untado de harina extender la masa formando una lámina fina y cortar círculos de 10 cm de diámetro. Colocar porciones del relleno en la mitad de cada empanadilla dejando libre el contorno. Doblar la masa y darle forma semicircular.
- ▶ Sellarla con los dientes de un tenedor.
- ▶ Freír las empanadillas en aceite o manteca muy caliente hasta que estén doradas por los dos lados.
- ▶ Escurrirlas sobre papel de cocina absorbente y servir las calientes.

## Variación

Freír brevemente las espinacas en un poco de aceite, sazonarlas con sal y pimienta negra recién molida y añadirles un puñado de pasas sultanas sin semillas.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 30 min

**Cocción:** 20 min

**Para 6-8 personas**

## Masa

✓ 250 g de harina

✓ 3 huevos

✓ 100 ml de leche

## Relleno

✓ 750 g de espinacas (o acelgas)

✓ 1 cebolla pequeña picada

✓ 3 cucharadas soperas de mantequilla

✓ sal y pimienta negra recién molida

✓ aceite de girasol o manteca para freír







# Empanada de calamares

- ▶ Aplastar la levadura en un cuenco pequeño y añadir el azúcar y la mitad del agua, removiendo hasta que se deshaga la levadura.
- ▶ Dejarlo reposar 10 minutos en un lugar templado.
- ▶ Mezclar la harina con la sal en un cuenco grande, hacer un hueco en el centro y verter la levadura desecha, el aceite y la mayor parte del agua restante.
- ▶ Removerlo con una cuchara de madera hasta que la harina se absorba. Si se necesita, echar más agua tibia.
- ▶ Extender la masa sobre una superficie enharinada y amasarla hasta que quede suave y elástica.
- ▶ Formar una bola y ponerla en un cuenco grande. Taparla con un trapo limpio y dejarla crecer en un lugar templado hasta que haya duplicado su tamaño, aproximadamente 1 hora.
- ▶ Volverla a amasar ligeramente en una superficie enharinada antes de utilizarla.
- ▶ Calentar aceite en una sartén grande y saltear el ajo 2 o 3 minutos. Sacarlo y echar los calamares. Cocerlos a fuego moderado 15 minutos.
- ▶ Añadir los demás ingredientes y dejarlo 5 minutos más. Sazonar con sal y pimienta.
- ▶ Dividir la masa en dos partes, una de ellas casi el doble de ancha que la otra. Dar a la más grande un grosor de unos 3 mm y forrar con ella el fondo y los lados de un molde redondo. Dejar bastante masa alrededor para doblarla.
- ▶ Rellenarla con los calamares.
- ▶ Dar a la otra lámina de masa el mismo grosor de la anterior y colocarla encima. Sellarla con el borde que sobresalía de la de abajo.
- ▶ Cocinarla en el horno precalentado a 200 °C durante 30 minutos.
- ▶ Servirla caliente o a temperatura ambiente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 30 min + 1 h

**Cocción:** 1 h

**Para 4 personas**

## Masa

- ✓ 1 cucharada sopera de levadura fresca
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 200 ml de agua templada
- ✓ 350 g de harina + 2 cucharadas soperas extra
- ✓ 1-2 cucharaditas de sal
- ✓ 2 ½ cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra

## Relleno

- ✓ 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 1 diente de ajo aplastado pero entero
- ✓ 400 g de calamares limpios troceados
- ✓ 4 tomates maduros pelados y picados
- ✓ 200 g de aceitunas negras sin hueso
- ✓ 4 cucharadas soperas de pasas
- ✓ 4 cucharadas soperas de piñones
- ✓ 4 cucharadas soperas de alcaparras
- ✓ sal y pimienta negra recién molida





## Pastel de beicon y huevos

- ▶ Preparar la masa.
- ▶ Cortar en trocitos el beicon y saltearlo durante unos minutos.
- ▶ Extender la mitad de la masa. Cubrir con ella un molde redondo o de quiche.
- ▶ Echar la mitad del beicon y cascar encima los huevos, pinchando la yema con un cuchillo para que se extienda un poco.
- ▶ Distribuir por encima el resto del beicon.
- ▶ Con la masa restante hacer unas hojas, una silueta o alguna otra forma decorativa y colocarla encima.
- ▶ Hornearlo a 200 °C durante 30 o 40 minutos, hasta que la masa esté dorada.
- ▶ Servirlo caliente o frío.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 10 min + 2 h

**Cocción:** 30-40 min

**Para 4-6 personas**

- ✓ 180 g de masa de hojaldre (receta en pág. 115)
- ✓ 5-6 lonchas de beicon
- ✓ 5-6 huevos
- ✓ sal y pimienta negra recién molida

A la mayoría de los niños les encanta este plato. Además, es un buen recurso para una excursión.



# Hojaldres de queso azul



- ▶ Preparar la masa.
- ▶ Aplastar en un cuenco el queso azul, mezclarlo con la crema de queso y sazonarlo con pimienta.
- ▶ Extender fina la masa y cortar círculos de 9 cm de diámetro. Aprovechar los trozos que sobren hasta usar toda la masa.
- ▶ Disponer en una bandeja para horno la mitad de las piezas y untar el contorno con un poco de huevo batido.
- ▶ Repartir en ellas el queso y cubrirlas con una capa de hojaldre.
- ▶ Sellar los bordes pellizcándolos con los dedos.
- ▶ Hacer una rajita en la parte superior de cada pastelillo para que salga el vapor y untarlo con huevo.
- ▶ Hornearlos a 230 °C unos 15 minutos, hasta que la masa esté crujiente.
- ▶ Pueden servirse calientes o fríos.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 15 min + 2 h

**Cocción:** 15 min

**12 piezas**

- ✓ 350 g de masa de hojaldre (receta en pág. 115)
- ✓ 250 g de cualquier variedad de queso azul
- ✓ 150 g de crema de queso
- ✓ 1 huevo batido
- ✓ pimienta negra recién molida



# Pastel de arroz y calabaza

- ▶ Poner a hervir el agua con la leche y un poco de sal. Añadir el arroz cuando hierva. Cocerlo 10 minutos y escurrirlo.
- ▶ Pelar la calabaza, quitar las semillas y rallar la carne sobre un trapo limpio. Retorcer el trapo y escurrir el líquido que suelte.
- ▶ Mezclar la calabaza con el arroz, el parmesano, el ricotta, el huevo, la mantequilla, la sal y la pimienta.
- ▶ Echar la harina en un cuenco y hacer un hueco en el centro. Verter dentro el aceite y un poco de agua. Seguir añadiendo poco a poco el agua, mezclándola con la harina hasta formar una masa fácil de trabajar.
- ▶ Amasarla hasta que esté suave y elástica y extenderla después formando una lámina.
- ▶ Cortar dos círculos de masa, uno más grande que el otro. Forrar con el mayor un molde de 25 cm de diámetro, untado de mantequilla y espolvoreado con pan rallado.
- ▶ Rellenar el hueco con la mezcla de arroz y calabaza y cubrirlo con el otro disco de masa, pellizcando los bordes para sellarlos. Barnizar la tapa con aceite y pincharla varias veces con un tenedor.
- ▶ Cocinar el pastel en el horno precalentado a 180 °C durante unos 45 minutos.
- ▶ Se puede servir caliente o a temperatura ambiente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 30 min

**Cocción:** 45 min

**Para 6-8 personas**

## Masa

- ✓ 250 g de harina
- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra

## Relleno

- ✓ 500 ml de agua
- ✓ 450 ml de leche
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 30 g de arroz crudo
- ✓ 500 g de calabaza
- ✓ 60 g de queso parmesano recién rallado
- ✓ 125 g de queso ricotta
- ✓ 1 huevo
- ✓ 1 1/2 cucharadas soperas de mantequilla
- ✓ mantequilla y aceite para engrasar
- ✓ 2 cucharadas soperas de pan rallado



**El arroz y la calabaza combinan muy bien con el queso ricotta. Es un relleno cremoso y casi dulce.**





# Pastel de verduras

- ▶ Preparar la masa de hojaldre.
- ▶ Cortar los pimientos en tiras, los calabacines en rodajas y las zanahorias en cintas.
- ▶ En una sartén y a fuego vivo, saltear los pimientos en aceite con un poco de sal, unos 10 minutos, removiendo con frecuencia. Sacarlos y reservarlos.
- ▶ En el mismo aceite, saltear los calabacines. Sacarlos y reservarlos.
- ▶ Limpiar la sartén con papel de cocina y echar en ella la mantequilla, las zanahorias, el vino y un poco de sal. Dejar que cueza hasta que el líquido se evapore y las zanahorias estén blandas.
- ▶ En una superficie de trabajo ligeramente enharinada extender la masa y forrar con ella un molde de quiche. Los bordes deben tener al menos 2,5 cm de altura. Pinchar la masa con un tenedor.
- ▶ Cubrirla con papel de aluminio, poner encima las judías secas y cocinarla en el horno precalentado a 190 °C durante 35 minutos.
- ▶ Retirar el papel de aluminio y las judías y hornearla 10 minutos más.
- ▶ Rellenar la masa con las verduras y servir este pastel como entrante o bien como una comida ligera, acompañado de una fuente de quesos surtidos de cabra o de vaca.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 20 min + 2 h

**Cocción:** 1 h

**Para 6 personas**

- ✓ masa de hojaldre (receta en pág. 115)
- ✓ 2 pimientos rojos
- ✓ 4 calabacines
- ✓ 4 zanahorias grandes
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 3 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 2 cucharadas soperas de mantequilla
- ✓ 125 g de vino blanco
- ✓ 200 g de judías secas







# Pastel de patatas

- ▶ Hervir las patatas hasta que estén tiernas. Pelarlas y aplastarlas mientras aún están calientes.
- ▶ Saltear la cebolla en la mantequilla y la manteca a fuego lento en una sartén grande.
- ▶ Añadir el jugo del asado y apagar el fuego.
- ▶ Juntar las patatas, el parmesano, la leche y la sal y mezclarlo todo bien.
- ▶ Echar la harina en un cuenco con un poco de sal. Hacer un hueco en el centro y añadir 1 cucharada de aceite de oliva y agua templada. Mezclar la harina añadiendo agua poco a poco hasta conseguir una masa fácil de trabajar.
- ▶ Amasar ésta hasta que quede suave y elástica.
- ▶ Con un rodillo bien enharinado extender la masa formando una lámina. Cortar dos discos de masa, uno más grande que el otro.
- ▶ Forrar con el más grande un molde de 24 cm de diámetro, previamente engrasado con mantequilla y espolvoreado con pan rallado.
- ▶ Rellenarlo con la mezcla de patata, cubrirlo con el otro círculo de masa y sellar el borde. Pintar la superficie con el aceite restante y pincharla varias veces con un tenedor.
- ▶ Cocinarlo en el horno precalentado a 180 °C durante 45 minutos. Servirlo caliente.

## Variación

Si no tenemos jugo de asado a mano, podemos reemplazarlo por caldo de pollo o de carne en cubitos.



**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 45 min

**Cocción:** 45 min + 30 min

**Para 6-8 personas**

## Relleno

- ✓ 1 kg de patatas
- ✓ 1 cebolla picada
- ✓ 1 cucharada sopera de mantequilla
- ✓ 60 g de manteca de cerdo
- ✓ 2 cucharadas soperas de jugo de asar carne o pollo
- ✓ 150 g de queso parmesano recién rallado
- ✓ 60 ml de leche
- ✓ sal

## Masa

- ✓ 200 g de harina
- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ mantequilla para engrasar
- ✓ 2 cucharadas soperas de pan rallado

Este sustancioso plato resulta ideal en invierno, y más aún acompañado de una ensalada de lechuga.





## Pastel de espinacas

- ▶ Preparar la masa y guardarla en el frigorífico envuelta en plástico.
- ▶ Mezclar las espinacas con el ricotta en un cuenco. Añadir el parmesano, los huevos, la nata, la sal, la pimienta y la nuez moscada (si se usa). Mezclarlo todo bien.
- ▶ Sacar la masa del frigorífico, retirar el plástico y cubrir con ella un molde para horno.
- ▶ Rellenarla con las espinacas, espolvorear el pan rallado y repartir por encima la mantequilla en trocitos.
- ▶ Cocinarlo en el horno precalentado a 180 °C durante unos 40 minutos.
- ▶ Se puede servir caliente o a temperatura ambiente.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 10 min + 1 h

**Cocción:** 40 min

**Para 4-6 personas**

- ✓ masa sencilla (receta en pág. 112)
- ✓ 750 g de espinacas cocidas y troceadas
- ✓ 250 g de queso ricotta
- ✓ 5 cucharadas soperas de queso parmesano recién rallado
- ✓ 2 huevos batidos
- ✓ 150 ml de nata
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ una pizca de nuez moscada (opcional)
- ✓ 2 cucharadas soperas de pan rallado
- ✓ 2 cucharadas soperas de mantequilla





# Gratinado de patatas con jamón y nueces

- ▶ Cocer las patatas con piel en agua hirviendo con sal durante unos 25 minutos. Escurrirlas y dejar que se enfrien.
- ▶ Preparar una besamel espesa y añadirle el parmesano.
- ▶ Pelar las patatas y cortarlas en rodajas de 1 cm de grosor. Engrasar con mantequilla un molde y extender una capa de patatas en el fondo rellenando bien los huecos.
- ▶ Cubrir las patatas con una capa de besamel, el jamón y las nueces partidas. Disponer otra capa de patatas, mozzarella y besamel. Acabar con una última capa de patatas y cubrirla con la besamel restante. Espolvorearlo con el pan rallado y distribuir la mantequilla que queda.
- ▶ Cocinarlo en el horno precalentado a 180 °C durante unos 25 minutos.
- ▶ Adornarlo con las nueces partidas por la mitad y servirlo caliente como entrante o plato principal.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 20 min

**Cocción:** 1 h

**Para 4-6 personas**

- ✓ 1 kg de patatas
- ✓ salsa besamel (receta en pág.128)
- ✓ 60 g de queso parmesano recién rallado
- ✓ 2 cucharadas soperas de mantequilla
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 200 g de jamón cocido
- ✓ 200 g de nueces (150 picadas y 50 partidas a la mitad)
- ✓ 200 g de queso mozzarella
- ✓ 2 cucharadas soperas de pan rallado





# Pan relleno napolitano

- ▶ Aplastar la levadura en un cuenco y añadir el azúcar. Mezclarla con la leche (o el agua) y dejarla reposar 5 minutos.
- ▶ Poner la harina con la sal en un cuenco y hacer un hueco en el centro. Echar dentro la mezcla de levadura, la mantequilla y los huevos. Mezclarlo bien con una cuchara de madera hasta que la harina absorba la mayor parte de los ingredientes.
- ▶ Con una espátula, pasar la masa a una superficie de trabajo ligeramente enharinada.
- ▶ Amasarla unos minutos hasta que quede suave y elástica.
- ▶ Volver a ponerla en un cuenco, cubrirla con un trapo y dejar que crezca en un lugar cálido durante 2 horas.
- ▶ Cortar los tomates por la mitad y quitarles las semillas.
- ▶ Saltearlos con aceite a fuego vivo durante 3 o 4 minutos. En vez de remover los tomates, agitar la sartén de vez en cuando para revolverlos.
- ▶ Engrasar con mantequilla y espolvorear con harina un molde de 23 cm de diámetro.
- ▶ Una vez que haya subido la masa, extenderla sobre una superficie enharinada y empujarla un poco con los dedos para que se contraiga.
- ▶ Retirar aproximadamente un tercio de la masa.
- ▶ Forrar con el resto la base y los costados del molde.
- ▶ Cubrirla con la mitad del mozzarella y extender por encima el tomate. Sazonar con sal y pimienta, espolvorear la albahaca y poner encima el jamón y el resto del mozzarella.
- ▶ Añadir el parmesano rallado y, si se desea, más pimienta.

**Dificultad:** alta

**Preparación:** 45 min + 3 h

**Cocción:** 25-30 min

**Para 4-6 personas**

## Masa

- ✓ 20 g de levadura fresca o 2 paquetes de levadura en polvo
- ✓ 2 cucharadas soperas de azúcar
- ✓ 3 o 4 cucharadas soperas de leche templada (o agua)
- ✓ 250 g de harina
- ✓ 1 cucharada soperas de sal
- ✓ 150 g de mantequilla a temperatura ambiente
- ✓ 4 huevos batidos

## Relleno

- ✓ 450 g de tomates maduros pelados
- ✓ 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 2 cucharadas soperas de mantequilla
- ✓ 1 huevo batido
- ✓ 300 g de queso mozzarella en lonchas
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 8-10 hojas de albahaca troceada
- ✓ 150 g de jamón en tiras
- ✓ 4 cucharadas soperas de queso parmesano recién rallado



- ▶ Dar al resto de la masa forma circular para cubrir el conjunto. Untar el borde con la mitad del huevo batido. Poner encima la tapa de masa y sellar ambas capas presionando ligeramente con los dedos.
- ▶ Dejar que repose alrededor de 1 hora. A continuación, pintarlo con el resto del huevo y cocerlo en el horno precalentado a 200 °C durante 25 o 30 minutos.
- ▶ Servir este pan relleno caliente.

Esta receta tan especial procede de Campania, la región situada al sur de la ciudad de Nápoles.





## Pastel de cebollas

- ▶ Preparar la masa.
- ▶ Saltear las cebollas con la mantequilla a fuego lento durante 25 o 30 minutos, removiendo con frecuencia. Deben quedar blandas y doradas.
- ▶ Batir el huevo en un cuenco y añadir la leche y la harina, removiendo bien para que no se formen grumos. Sazonar con sal y pimienta.
- ▶ Extender la masa y forrar con ella un molde redondo.
- ▶ Cubrirla con papel de aluminio y presionar para que se adhiera bien.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 180 °C durante 15 minutos.
- ▶ Sacar el molde del horno y, con una manopla resistente al calor, presionar la base para que se contraiga un poco.
- ▶ Retirar el papel de aluminio y meter de nuevo el molde con la masa en el horno otros 5 minutos.
- ▶ Sacarlo otra vez, extender por encima de la masa la cebolla y luego la mezcla de huevo con leche.
- ▶ Hornearlo 20 minutos más. Servir el pastel caliente.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 40 min + 40 min

**Cocción:** 40 min

**Para 4-6 personas**

- ✓ masa sencilla (receta en pág. 112)
- ✓ 1 kg de cebollas en tiras
- ✓ 90 g de mantequilla
- ✓ 1 huevo
- ✓ 200 ml de leche
- ✓ 1 cucharada sopera de harina
- ✓ sal y pimienta negra recién molida





# Masa de pan, de empanada y de hojaldre



## Masa sencilla

- ▶ Hacer un montón con la harina sobre una superficie limpia y depositar en el centro la mantequilla, la yema y la sal. Mezclar los ingredientes con los dedos. Trabajar la masa añadiendo agua a medida que se necesite. Si aparece algún grumo, se riega con agua y se aplasta con la palma de la mano.
- ▶ Seguir amasando hasta que la masa adquiera una textura suave pero sea lo bastante compacta como para que no se adhiera a la superficie de trabajo.
- ▶ Formar una bola, envolverla en un trapo limpio y dejarla en el frigorífico durante 40 o 50 minutos.
- ▶ Para hornearla hay que seguir las instrucciones de cada receta.

**Dificultad:** media

**Preparación:**

10 min + 50 min

Para un molde de 23 cm de diámetro

- ✓ 200 g de harina
- ✓ 1 yema de huevo
- ✓ una pizca de sal
- ✓ 125 g de mantequilla reblandecida
- ✓ 125 ml de agua helada

## Masa de queso

- ▶ Seguir el procedimiento indicado para elaborar la masa sencilla. Añadir el ricotta cuando la harina y la mantequilla estén casi mezcladas.



**Dificultad:** media

**Preparación:**

10 min + 50 min

Para un molde de 23 cm de diámetro

- ✓ 200 g de harina corriente
- ✓ una pizca de sal
- ✓ 125 g de mantequilla reblandecida
- ✓ 125 g de queso ricotta suave

## Masa para pan

- ▶ Aplastar la levadura en un cuenco pequeño, añadir el azúcar y la mitad del agua. Remover hasta que se disuelva la levadura.
- ▶ Dejar que repose 10 minutos en un lugar caldeado (no muy caliente); la superficie de la mezcla adquirirá un aspecto espumoso.
- ▶ Mezclar la harina y la sal en un cuenco grande. Hacer un hueco en el centro y verter en él la levadura disuelta, el aceite y la mayor parte del agua restante.
- ▶ Remover con una cuchara de madera hasta incorporar bien la harina. Si es necesario, añadir más agua.
- ▶ Poner la masa sobre una superficie de trabajo enharinada y amasarla hasta que adquiera una consistencia suave y elástica.
- ▶ En forma de bola, meterla en un cuenco grande, cubrirla con un trapo limpio doblado y dejarla en un lugar cálido, libre de corrientes de aire, hasta que duplique su volumen, alrededor de 1 hora.
- ▶ Extenderla sobre una superficie enharinada antes de utilizarla.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:**  
20 min + 1 h

**Para un molde de 23 cm de diámetro**

- ✓ 15 g de levadura de panadería fresca o 1 1/2 bolsas de levadura en polvo
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 200 ml de agua tibia
- ✓ 350 g de harina corriente + 2 cucharadas soperas extra
- ✓ 1 o 2 cucharaditas de sal
- ✓ 2 1/2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra



## Masa especial

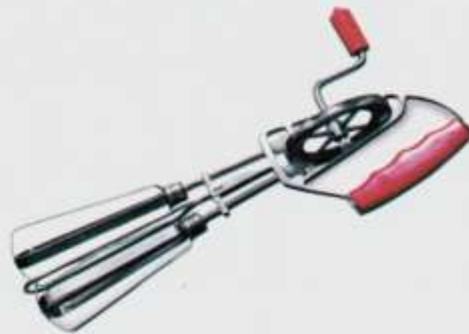
- ▶ Mezclar la sal con la harina en un cuenco grande. Hacer un hueco en el centro y echar dentro la mantequilla y el agua. Mezclar los ingredientes con un tenedor, aplastando bien la mantequilla.
- ▶ Una vez bien mezclados, se vuelcan sobre una superficie enharinada y se amasan hasta que la masa adquiere una textura suave y elástica.
- ▶ Estirlarla con un rodillo dándole forma rectangular. Doblar hacia dentro los lados más cortos, uno sobre el otro. Volver a extender la masa formando otro rectángulo y plegarla de nuevo en sentido contrario. Repetir ambos pasos una vez más.
- ▶ Extender finalmente la masa dándole forma rectangular, cuadrada o circular, dependiendo del molde que se vaya a utilizar. La masa debe tener un grosor de aproximadamente 5 cm.
- ▶ Extenderla sobre el fondo y los lados de una bandeja o un molde, cubrirla con una lámina de plástico y dejarla en el frigorífico durante al menos 30 minutos.

**Dificultad:** alta

**Preparación:**  
15 min + 30 min

Para un molde de 23 cm de diámetro

- ✓ 250 g de harina corriente
- ✓ 1 cucharadita de sal
- ✓ 60 g de mantequilla
- ✓ 2 cucharadas de agua fría



# Hojaldre

- ▶ Mezclar la harina con la sal sobre una superficie de trabajo. Formar un montón y hacer un hueco en el centro. Verter dentro la mitad del agua. Con los dedos, ir mezclando los ingredientes hasta que la masa adquiera una consistencia similar a la de la mantequilla reblandecida. Para obtener esta textura añadir agua o harina si hace falta.
- ▶ Formar una bola, envolverla en un trapo de algodón y dejarla reposar 30 minutos.
- ▶ Extender la masa con un rodillo sobre una superficie enharinada, dándole forma cuadrada y un grosor de 1 cm.
- ▶ Cortar en trocitos la mantequilla reblandecida y ponerlos en el centro del cuadrado. Doblar las cuatro esquinas para que la mantequilla quede envuelta y volver a amasar la masa, dándole ahora la forma de un rectángulo de 1 cm de grosor. Plegarla en 3, darle la vuelta y volver a extenderla. Plegarla de nuevo y dejarla que repose durante unos 10 minutos.
- ▶ Repetir esta operación 3 veces más, dejando reposar la masa 10 minutos en cada ocasión.
- ▶ Extenderla de nuevo, darle un grosor de unos 5 mm y emplearla según se indica en cada receta.

**Dificultad:** alta

**Preparación:** 10 min + 1 h

**Para un molde de 23 cm de diámetro**

- ✓ 500 g de harina corriente
- ✓ 1/2 cucharadita de sal
- ✓ 250 ml de agua
- ✓ 500 g de mantequilla reblandecida
- ✓ 1 clara de huevo
- ✓ 1/2 cucharadita de azúcar





# Pan de queso

- ▶ Mezclar la levadura con el agua, añadir el azúcar y dejarlo reposar 10 minutos.
- ▶ Mezclar los huevos con el aceite en un cuenco.
- ▶ En otro recipiente grande espolvorear la harina con la sal y hacer un hueco en el centro. Verter dentro la mezcla de levadura y la de huevo y ligarlo hasta que la harina absorba todos los ingredientes. La masa resultante tendrá una textura suave y pegajosa.
- ▶ Removerla durante 6 u 8 minutos con una cuchara de madera. Cubrirla con un trapo y dejarla reposar en un lugar cálido durante 2 horas.
- ▶ Una vez que haya subido la masa, añadir los quesos y la pimienta y remover de nuevo durante 3 o 4 minutos.
- ▶ Engrasar y enharinar un molde de 25 cm de diámetro o una fuente para quiche. Llenarla con la masa y dejarla reposar 2 horas.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 190 °C durante 40 minutos. Servir el pan de queso caliente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:**

40 min + 10 min + 4 h

**Cocción:** 40 min

**Para 6-8 personas**

- ✓ 20 g de levadura de panadería fresca o 2 paquetes de levadura en polvo
- ✓ 3 1/2 cucharadas soperas de agua caliente
- ✓ 1 cucharadita de azúcar
- ✓ 3 huevos + 1 yema batidos
- ✓ 6 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 300 g de harina corriente
- ✓ 2 cucharaditas de sal
- ✓ 150 g de queso pecorino curado recién rallado
- ✓ 90 g de queso pecorino fresco desmenuzado
- ✓ 1/2 cucharadita de pimienta blanca



**Especialidad del centro de Italia que se sirve muy caliente junto con una fuente de jamón y salami.**





## Quiche de salmón

- ▶ Mezclar la harina, el queso, la cebolla, la sal y la pimienta en un cuenco grande.
- ▶ En otro cuenco, batir los huevos con la leche y la mantequilla.
- ▶ Mezclar el contenido de ambos cuencos hasta lograr una masa de consistencia suave.
- ▶ Añadir el salmón.
- ▶ Pasarlo todo a un molde para quiche engrasado y enharinado, y hornearlo a 160 °C durante 25 o 30 minutos, hasta que esté cuajado y dorado por arriba.
- ▶ Servir la quiche caliente o a temperatura ambiente.

Esta quiche se hace rápidamente y resulta deliciosa acompañada de una ensalada y pan tierno.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 15 min

**Cocción:** 25-30 min

**Para 4 personas**

- ✓ 60 g de harina con levadura
- ✓ 150 g de queso cheddar rallado
- ✓ 2 cebollas pequeñas picadas
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 3 huevos batidos
- ✓ 250 ml de leche
- ✓ 2 cucharadas soperas de mantequilla fundida
- ✓ 250 g de salmón de lata





## Pastel de jamón y queso

- ▶ Preparar la base de masa de queso.
- ▶ Mezclar en un cuenco los huevos con el emmental, la nata, la sal y la pimienta.
- ▶ Sacar la masa del frigorífico y quitarle la lámina de plástico. Repartir el jamón sobre la base y después verter por encima la mezcla de huevo, queso y nata.
- ▶ Cocerlo en el horno precalentado a 180 °C durante 30 o 35 minutos. Subir un poco la temperatura del horno los 5 últimos minutos para dorar el pastel.
- ▶ Servirlo caliente.

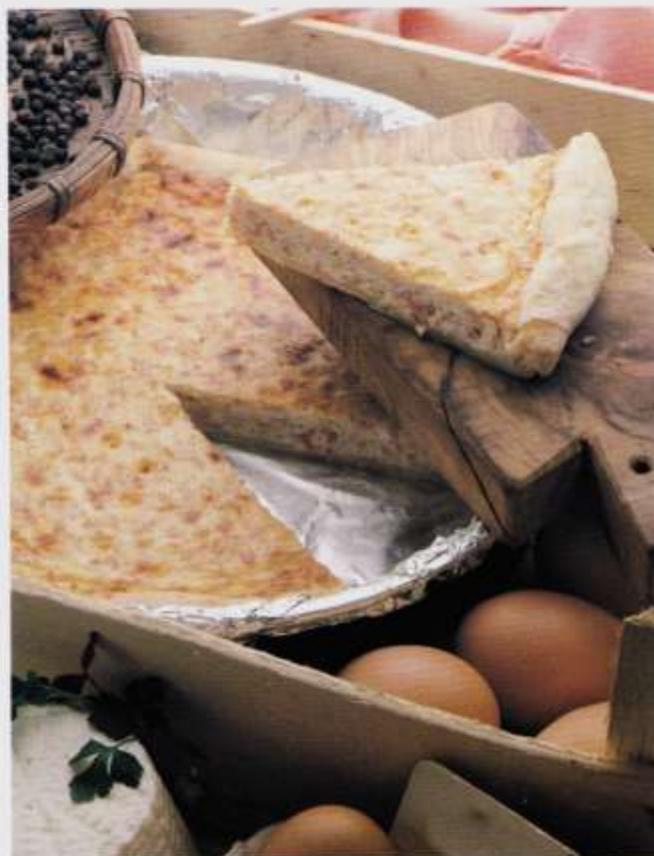
**Dificultad:** media

**Preparación:** 15 min + 30 min

**Cocción:** 15 min

**Se obtienen 12 porciones**

- ✓ masa de queso ricotta (receta en pág. 112)
- ✓ 3 huevos ligeramente batidos
- ✓ 125 g de queso emmental recién rallado
- ✓ 150 g de nata para cocinar ligera
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 150 g de jamón cocido en trozos grandes



# Fritos de masa

- ▶ Disolver la levadura en el agua y dejarla reposar 15 minutos.
- ▶ Mezclar la harina con la sal en un cuenco grande. Hacer un hueco en el centro e incorporar la levadura y la manteca. Revolver con un tenedor, añadiendo poco a poco la harina y echando más agua si hace falta.
- ▶ Pasar la masa a una superficie enharinada y amasarla hasta que quede suave y elástica. Formar con ella una bola y guardarla en un cuenco grande, cubierta con un trapo limpio. Dejarla crecer en un lugar cálido alrededor de 1 hora. Extender la masa en una lámina de 3 mm de grosor. Cortarla en rombos o rectángulos de unos 5 cm de largo.
- ▶ Freír éstos en una sartén con aceite o manteca muy caliente hasta que estén dorados.
- ▶ Escurrirlos sobre papel absorbente.
- ▶ Servirlos muy calientes con una fuente de queso fresco, jamón y salami.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 40 min + 1 h

**Cocción:** 20 min

**Para 8-10 personas**

- ✓ 45 g de levadura de panadería fresca o 4 1/2 paquetes de levadura en polvo
- ✓ 250 ml de agua tibia
- ✓ 500 g de harina corriente
- ✓ una pizca de sal
- ✓ 4 cucharadas soperas de manteca de cerdo fundida
- ✓ aceite o manteca para freír



# Buñuelos en vinagre balsámico



- ▶ Saltear la cebolla en el aceite de oliva hasta que esté dorada.
- ▶ Batir los huevos con una pizca de sal en un cuenco. Añadir el parmesano y el pan rallado.
- ▶ Incorporar la cebolla y mezclarlo todo bien. Dejarlo reposar al menos 30 minutos.
- ▶ Freir cucharadas soperas de la mezcla en aceite muy caliente hasta que la masa esté dorada por todos lados.
- ▶ Escurrir los buñuelos en papel absorbente y regarlos con vinagre balsámico. Servirlos mientras aún están calientes.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 15 min + 30 min

**Cocción:** 15 min

**Para 4 personas**

- ✓ 4 cebollas pequeñas cortadas en rodajitas
- ✓ 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 4 huevos
- ✓ una pizca de sal
- ✓ 60 g de queso parmesano recién rallado
- ✓ 4 cucharadas soperas de pan rallado
- ✓ aceite para freír
- ✓ vinagre balsámico





# Pastel de brécol y puerro

- ▶ Preparar la masa.
- ▶ Quitar la raíz y la parte verde a los puerros y cortarlos en rodajitas.
- ▶ Saltear los puerros con el aceite en una sartén y después dejarlos cocer tapados durante 15 minutos.
- ▶ Saltear la panceta en la misma sartén hasta que esté crujiente y dorada.
- ▶ Dividir el brécol en flores con 1 cm de tallo y cocerlas en agua hirviendo con sal durante 7 o 10 minutos. Escurrirlas y reservarlas.
- ▶ Extender la masa y forrar con ella un molde engrasado de 25 cm de diámetro. Pincharla con un tenedor y cubrirla con papel de aluminio que sobresalga por los lados. Rellenar el hueco con las judías.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 180 °C durante 15 minutos. Retirar el papel de aluminio y las judías y hornearla 5 minutos más.
- ▶ Batir los huevos en un cuenco y añadir la leche, la nata, la sal y la pimienta. Batirlo todo hasta que esté espumoso.
- ▶ Distribuir los puerros y el brécol sobre la masa horneada y encima la panceta, los huevos y por último el queso.
- ▶ Cocerlo en el horno precalentado a 180 °C dándole la vuelta de vez en cuando para que se haga igual por todos lados. A los 25 minutos se comprueba si la crema ha cuajado pinchando el pastel con un palillo de dientes; si no sale seco se deja de 5 a 10 minutos más.
- ▶ Servirlo caliente como entrante.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 1 h + 1 h

**Cocción:** 1 h 30 min

**Para 6 personas**

- ✓ masa sencilla (receta en pág. 112)
- ✓ 2 puerros medianos
- ✓ 1 1/2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 150 g de panceta o beicon picados
- ✓ 500 g de brécol
- ✓ mantequilla para el molde
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 500 g de judías secas
- ✓ 3 huevos + 2 yemas
- ✓ 450 ml de leche
- ✓ 250 ml de nata
- ✓ 100 g de queso parmesano recién rallado







## Pastel de espárragos

- ▶ Este pastel de espárragos se prepara del mismo modo que el de cebollas de la página 108.
- ▶ Cocer los espárragos, escurrirlos y dejar solo las puntas verdes. Cortarlas en 2 o 3 tiras y saltearlas unos minutos en la mantequilla.
- ▶ Mezclar con los huevos, el queso, el aceite, la sal y la pimienta y seguir el método y las instrucciones de cocción del pastel de cebollas.
- ▶ También se puede hacer con judías verdes (unos 800 g) cocidas y salteadas ligeramente en mantequilla, o con la misma cantidad de champiñones –u otro tipo de seta– salteados durante 7 u 8 minutos a fuego vivo con 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra, 2 dientes de ajo picados finos y 2 cucharadas soperas de perejil picado.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 40 min + 30 min

**Cocción:** 35-40 min

**Para 6-8 personas**

- ✓ masa sencilla (receta en pág. 112)
- ✓ 1,5 kg de espárragos frescos
- ✓ 3 cucharadas soperas de mantequilla
- ✓ 4 huevos
- ✓ 60 g de queso parmesano recién rallado
- ✓ 250 g de queso ricotta suave
- ✓ 3 cucharadas soperas de aceite
- ✓ sal y pimienta negra recién molida







## Pizza con escarola

- ▶ Preparar la masa.
- ▶ Extenderla para que cubra un molde engrasado para pizza de 25-28 cm de diámetro.
- ▶ Presionar la superficie de la masa con los dedos para hacer hoyuelos en ella.
- ▶ Espolvorearla con la sal, regarla con 2 cucharadas soperas de aceite y extender el tomate.
- ▶ Cocerla en el horno precalentado a 230 °C durante 15 minutos.
- ▶ Mientras la pizza se está haciendo, lavar la escarola y desechar las hojas exteriores más duras. Secarla bien y picarla.
- ▶ Sacar la pizza del horno, añadir la escarola, el queso troceado, las anchoas y las alcaparras, si se utilizan.
- ▶ Meter de nuevo la pizza en el horno durante otros 10 minutos.
- ▶ La escarola perderá un poco de color, pero debe estar aún crujiente. Su sabor contrastará agradablemente con el del queso fundido.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 25 min + 1 h

**Cocción:** 25 min

**Para 4-6 personas**

- ✓ masa para pan (receta en pág. 113)
- ✓ sal al gusto
- ✓ 5 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 4 o 5 tomates pelados y troceados
- ✓ una escarola o achicoria
- ✓ 250 g de queso provolone troceado
- ✓ 4 filetes de anchoa picados (opcional)
- ✓ 12 alcaparras (opcional)





## Focaccia rellena de ricotta

- ▶ Preparar la masa.
- ▶ Dividirla en cuatro porciones y dar a cada una forma rectangular y algo menos de 6 mm de grosor.
- ▶ Extender la cuarta parte del queso sobre la mitad de cada una de las láminas de masa dejando un margen alrededor.
- ▶ Añadir el chorizo sobre el queso, espolvorearlo todo con la sal y la pimienta y regarlo con el aceite.
- ▶ Plegar la mitad libre de cada rectángulo de masa sobre el relleno y unir los bordes con los dedos. Doblarlos de nuevo hacia arriba, redondeándolos. De este modo se evita que se salga el relleno.
- ▶ Cocerlos en el horno precalentado a 230 °C durante unos 20 minutos, hasta que estén dorados.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 25 min + 1 h

**Cocción:** 20 min

**Para 4-6 personas**

- ✓ masa para pan (receta en pág. 113)
- ✓ 600 g de queso ricotta
- ✓ 350 g de chorizo
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 3 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra





# Pastel de puerros

- ▶ Preparar la masa.
- ▶ Limpiar los puerros y cortarlos en rodajas finas conservando solo la parte blanca y el comienzo de la verde.
- ▶ Saltear los puerros en una sartén grande con la primera medida de mantequilla, a fuego más bien lento durante 15 o 20 minutos, removiendo con frecuencia. Sazonarlos con la sal y la pimienta y dejarlos enfriar.
- ▶ Mientras tanto, fundir la segunda medida de mantequilla en un cazo, añadir la harina y, sin dejar de remover, mantenerlo a fuego lento durante 2 minutos. Añadir poco a poco la leche, removiendo continuamente. En 4 o 5 minutos estará lista una besamel suave; ha de ser algo densa, así que no se debe echar demasiada leche.
- ▶ Batir la clara hasta montarla y mezclarla con los puerros, la besamel, el gruyer, la sal y la pimienta. Mezclarlo todo bien.
- ▶ Sacar la masa de la nevera y retirar la lámina de plástico.
- ▶ Forrar un molde con la masa.
- ▶ Llenarlo con la mezcla de puerro y espolvorearla con el parmesano. Cocer el pastel en el horno precalentado a 180 °C durante 40 minutos.
- ▶ Servirlo caliente.

**Dificultad:** media

**Preparación:** 10 min + 30 min

**Cocción:** 20 min + 40 min

**Para 4-6 personas**

- ✓ masa especial (receta en pág. 114)
- ✓ 1 kg de puerros limpios
- ✓ 3 cucharadas soperas de mantequilla
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 1 clara de huevo
- ✓ 4 cucharadas soperas de queso gruyer (o similar) recién rallado
- ✓ 2 cucharadas soperas de parmesano recién rallado

## Salsa besamel

- ✓ 2 cucharadas soperas de mantequilla
- ✓ 1 cucharada soperas de harina
- ✓ 250 ml de leche caliente







# Empanada de acelgas

- ▶ Lavar bien las hojas de las acelgas o espinacas. Sin secarlas, cocerlas unos minutos cubiertas de agua lo justo. Retirarlas del fuego y escurrirlas todo lo posible. Picarlas gruesas.
- ▶ Saltear en una sartén la panceta, el perejil, el ajo y la cebolla hasta que ésta esté tierna.
- ▶ Reservar una cucharada soperas de esta mezcla. Dejar el resto en la sartén y añadir las acelgas o espinacas, el parmesano, la sal y la pimienta. Removerlo todo bien.
- ▶ Poner la harina con una pizca de sal en un cuenco. Hacer un hueco en el centro y echar dentro la manteca fundida. Mezclarla poco a poco con la harina, añadiendo de vez en cuando un poco de agua templada hasta obtener una masa fácil de trabajar.
- ▶ Amasarla hasta que ésta quede suave y elástica.
- ▶ Dividir la masa en dos partes, una mayor que la otra, y formar dos círculos. Forrar con el mayor un molde engrasado de 24 cm de diámetro. Debe sobresalir un poco por el borde.
- ▶ Rellenarlo con la mezcla de verduras preparada y alisar ésta. Cubrirlo todo con el otro círculo de masa y pellizcar los bordes con los dedos para sellarlos.
- ▶ Repartir la cucharada reservada por encima de la superficie.
- ▶ Cocerlo en el horno precalentado a 200 °C durante 30 minutos. Servir el pastel mejor templado que caliente.

**Dificultad:** fácil

**Preparación:** 30 min

**Cocción:** 35 min

**Para 6 personas**

- ✓ 1,2 kg de acelgas (o espinacas)
- ✓ 150 g de panceta o beicon picados finos
- ✓ 2 cucharadas soperas de perejil picado
- ✓ 1 diente de ajo picado
- ✓ 6 cebollitas de primavera (o chalotas) picadas finas
- ✓ 90 g de queso parmesano recién rallado
- ✓ sal y pimienta negra recién molida
- ✓ 350 g de harina corriente
- ✓ una pizca de sal
- ✓ 4 cucharadas soperas de manteca fundida
- ✓ agua templada para la masa
- ✓ mantequilla para engrasar





# Índice



## Pan

|                        |       |                               |    |
|------------------------|-------|-------------------------------|----|
| Pan blanco             | 8     | Pan de sésamo                 | 30 |
| Pan de centeno         | 10    | Pan de comino                 | 32 |
| Pan de nueces y romero | 12    | Pan integral con miel         | 33 |
| Pan de maíz            | 14    | Pan de orégano                | 34 |
| Pan de soda irlandés   | 16    | Caracolas                     | 36 |
| Pan de germen de trigo | 17    | Pan de tomate picante         | 38 |
| Pan de queso           | 18    | Tortas de romagna             | 39 |
| Colines                | 20    | Bollos de romero y pasas      | 40 |
| Pan dulce de pasas     | 22    | Magdalenas Margarita          | 42 |
| Panecillos de hierbas  | 23    | Pan rápido de cerveza y queso | 44 |
| Naan                   | 24    | Tortas integrales o chapatis  | 45 |
| Cómo hacer pan en casa | 26-29 | Pan de frutas                 | 46 |

## Pizzas

|                                       |       |                                       |    |
|---------------------------------------|-------|---------------------------------------|----|
| Pizza de tomate, alcaparras y anchoas | 50    | Pizza de aceitunas, cebolla y anchoas | 72 |
| Calzone de chorizo y queso            | 52    | Calzone supremo de cebolla            | 74 |
| Pizza de tomate fresco y ajo          | 54    | Pizza de anchoas frescas              | 76 |
| Pizza de masa gruesa                  | 56    | Pizza de jamón y queso                | 78 |
| Pizza margarita                       | 57    | Pizzas fritas                         | 79 |
| Pizza variada                         | 58    | Pizza de gorgonzola, nueces y peras   | 80 |
| Pizza de alcachofas                   | 60    | Calzone de acelgas                    | 82 |
| Pizza de jamón y rúcula               | 62    | Pizzas liliput                        | 84 |
| Pizza de berenjenas                   | 64    | Pizza de setas                        | 86 |
| Pizzas rápidas                        | 65    | Pizza cuatro estaciones               | 88 |
| Pizza de pimientos                    | 66    |                                       |    |
| Cómo hacer pizzas en casa             | 68-71 |                                       |    |

## Empanadas

|   |         |  |         |
|---|---------|--|---------|
| Empanadillas de verdura                 | 92      | Masa de pan, de empanada y de hojaldre | 110-115 |
| Empanada de calamares                   | 94      | Pan de queso                           | 116     |
| Pastel de beicon y huevos               | 96      | Quiche de salmón                       | 118     |
| Hojaldres de queso azul                 | 97      | Pastel de jamón y queso                | 119     |
| Pastel de arroz y calabaza              | 98      | Fritos de masa                         | 120     |
| Pastel de verduras                      | 100     | Buñuelos en vinagre balsámico          | 121     |
| Pastel de patatas                       | 102     | Pastel de brécol y puerro              | 122     |
| Pastel de espinacas                     | 104     | Pastel de espárragos                   | 124     |
| Gratinado de patatas con jamón y nueces | 105     | Pizza con escarola                     | 126     |
| Pan relleno napolitano                  | 106-107 | Focaccia rellena de ricotta            | 127     |
| Pastel de cebollas                      | 108     | Pastel de puerros                      | 128     |
|   |         | Empanada de acelgas                    | 130     |



Un pan dulce de pasas, una pizza con gorgonzola, nueces y peras o una empanada de calamares. Este libro ofrece sencillas y atractivas recetas, explicadas paso a paso, ideales para todos los paladares.

© TODOLIBRO EDICIONES, S.A.  
El Campazo, s/n - 28029 Madrid  
Tel.: 913 009 115 - Fax: 913 009 110  
ediciones@todolibro.es



Peabody & LTC

