

**Autora: María Teresa Aybar Soto**

## **"ARROZ DE VERDAD"**



*Porque a pesar de su presentación estructural novedosa, es un guiño que puede llevar a engaño al comensal, recoge los ingredientes y los sabores tradicionales de un arroz de conejo típicamente andaluz. Integra los sabores que deben figurar en este plato tradicional, aderezados con elementos técnicos no habituales en las presentaciones habituales de este plato. Se añade un toque de avellana de Córdoba, que introduce un sabor no habitual e innovador a la receta tradicional.*

*En resumen, es un arroz "de verdad" aunque no lo parezca, con elementos de innovación tanto en su elaboración, en su presentación y en su degustación final.*

*Se denomina "de verdad" porque no pareciendo un arroz de conejo tradicional, en "verdad lo es", pues los ingredientes y sabores son los que en esencia encontramos en un arroz de conejo tradicional.*



## **INGREDIENTES & UTENSILIOS**

### **EL CONEJO**

3 conejos enteros

*-Para las ballotines:*

Zanahorias

Boletus Edulis

Cebollas

Puerros

Ajos

Vino Manzanilla y Oloroso

Panceta Ibérica

Pimentón de la Vera

### **ACEITE DE AJO CONFITADO AL ROMERO Y MEJORANA:**

500 ml de AOVE

2 o 3 cabezas de ajo

Romero y mejorana

### **PARA LA SALSA (partiendo de un fondo de conejo):**

Hígado de conejo

Huesos y recortes de 3 conejos

Fondo ligado de conejo

Judías verdes

Pimientos

Zanahorias

Puerro

Ajo

Cebolla

Vino Manzanilla y Oloroso

Boletus

Agua

Tomate

Maicena Express

Pimienta de Sichuan

Pimentón de la Vera

Azafrán

Hierbas aromáticas

### **MOUSSE O CREMOSO DE HÍGADO DE CONEJO Y/O POLLO:**

2 unidades de hígado de conejo y/o pollo

Cebollas

Boletus

Puerros

Vino Manzanilla y Oloroso

Judías blancas cocidas

### **PARA EL ARROZ SILVESTRE/SALVAJE:**

700gr de arroz

Azafrán

Sal

Caldo de conejo

Aceite de Girasol

### **PARA LA TEJA DE POLLO:**

Piel de Pollo

Bicarbonato sódico

Caldo de pollo (puede ser liofilizado)

Avellanas

Sal

Fécula de tapioca

### **EMULSIÓN DE AJO NEGRO:**

Aceite confitado de ajo, romero y mejorana

Aceite de girasol

Pimentón de la vera

Ajo negro

Agua

### **OTROS ELEMENTOS DE LA GUARNICIÓN:**

Judías verdes frescas

Espárragos

Boletus Edulis

Riñones de conejo

Aceite confitado de ajo, romero y mejorana

### **UTENSILIOS:**

Horno convección-vapor

Film Transparente

Bramante

Sautés y ollas

Deshidratadora

Thermomix

Chino fino

Manga pastelera

Brazo Túrmix

Papel sulfurizado

Placas de horno

Biberones



---

## ELABORACIÓN

---

### EL CONEJO:

De deshuesará y se obtendrán los huesos para tostarlos e incluirlos en el fondo para la salsa. Por otra parte, se obtendrán los carrés, solomillos y paletillas delanteras y traseras (estos dos últimos irán rellenos de una farsa para realizar las ballotines).

Las ballotines se envolverán en tiras de panceta ibérica, rellenas y envueltas en film-transparente y bramante. Se hornearán a 140°C en el horno convección-vapor no más de 40 minutos.

El carré se podrá marcar antes de su emplatado y/o terminar directamente en la salamandra glaseadas con la salsa ligada del fondo de conejo.

### MOUSSE O CREMOSO DE HÍGADO DE CONEJO Y/O POLLO:

Sofreír las verduras y posteriormente marcar los hígados en el sauté junto con los boletus y desglasar con los vinos. Triturar todo añadiendo judías blancas cocidas y meter en biberón.

### PARA EL ARROZ SILVESTRE/SALVAJE:

Primero cocinar el arroz con el caldo de conejo sin ligar junto con unas briznas de azafrán. Después, dejar deshidratar a 40°C hasta que esté completamente seco (si es en deshidratadora) o deshidratar en horno a 150°C durante 1 hora y 30 minutos sobre una placa con papel sulfurizado. El día del emplatado, calentar el aceite bien fuerte y freír el arroz en un chino-fino. Depositar en una placa y salar ligeramente hasta su emplatado.

### PARA LA TEJA DE POLLO:

Escaldar la piel de pollo y triturar en una thermomix junto con el resto de los ingredientes en caliente. Meter en una manga pastelera y escudillar sobre una placa de horno usando papel sulfurizado. Añadir las avellanas trituradas sobre las tejas y por último superponer otra lámina de papel sulfurizado sobre las misma. Hornear a 180°C con calor arriba y abajo, sin ventilador y cocer unos 15-20 minutos hasta dorar.

### EMULSIÓN DE AJO NEGRO:

En un vaso triturador añadir el ajo, una parte de aceite y algo de agua. Triturar mientras añadir más aceite infusionado y aceite de girasol. Rematar con un toque de pimentón de la vera.

### OTROS ELEMENTOS DE LA GUARNICIÓN:

Las judías verdes se cortarán en rombos. Junto con los espárragos, se cocerán a la inglesa. Al momento del emplatado se salterán con algo de aceite infusionado y se salpimentarán.

Los boletus y los riñones se salterán directamente y se añadirán al plato.

*Ma Teresa*  
*AS*