



Aprende a cocinar el Tríptico de Conejo del chef Carlos Pineda

INGREDIENTES

Para 4 comensales

*1 conejo
70 cl. de guarapo de caña
2 aguacates de Mogán
300 gr de batata amarilla de San Mateo
60 gr de gofio tostado fuerte de Arguineguín
10 tomates Cherry de La Aldea
1 morcilla dulce de Teror
200 gr de papas violetas
Pasta brick
50 cl de nata
Aceite de Oliva de Agüimes
Sal y pimienta blanca
Ajo y ajo molido
Albahaca
Lima
Bulbo de apio
Puerro
Laurel, tomillo, salvia y romero
Vino tinto*

Pasos previos a la receta:

Deshuesar el conejo, a excepción de las chuletas, y separar el lomo y la pata deshuesada.



LA ELABORACIÓN

Elaboración de la Demi Glace de Conejo

Poner en una olla media cebolla, una zanahoria, bulbo de apio y puerro, todo troceado. Sofreírlo con aceite de oliva. Añadir los huesos del conejo y dorar hasta conseguir un dorado alto. Añadir en ese momento el laurel, el tomillo, y la salvia y reducir con vino tinto. Cocer durante 45 minutos, añadiendo 1 litro agua y 70 cl. de guarapo.

Pasado este tiempo, colar todo en un colador muy fino. Posteriormente, volver a poner a fuego lento durante 30 minutos más. Añadir un poco de maicena para ligar, y dejar reposar.

Elaboración de la Crema de Aguacate

Quitar las pipas a los tomates cherry y ponerlos troceados en un bol. Limpiar los aguacates, trocearlos en pedazos pequeños y añadirlos también. Sazonar con lima, ajo molido y pimienta blanca. Remover el contenido del bol con energía, para que se mezcle bien.

Elaboración del Puré de Batata Amarilla

Cocinar a fuego lento 100 cl. de nata, la batata troceada, 2 cucharadas de aceite de oliva, 50 cl de agua y 60 gr de gofio tamizado con un colador. Finalmente sazonar con sal y pimienta blanca.

PASOS FINALES

De la chuleta: cortar las chuletas de conejo, sazonarlas con sal y pimienta y freírlas en la sartén a fuego medio alto, añadiendo ajo con cáscara y romero, y reservar.

Del lomo: extender la morcilla dulce de Teror sobre la pasta brick. Sazonar el lomo y envolverlo con la pasta brick untada de morcilla. Unir las puntas con yema de huevo, para garantizar el cierre, y pintar con huevo la superficie. Precalear el horno a 170 grados, introducir el lomo durante 8 minutos y reservar.

De la pata deshuesada: sazonar la pata con sal y pimienta blanca, atarla dejándola como un rollito, y marcarla en una sartén a fuego alto. Una vez marcada en su perímetro, añadir la demi glace de conejo y guarapo y reservar.

Papa violeta, batata y albahaca: cortar lonchas muy finas y freír a fuego alto.



MONTAJE DEL PLATO

Extender a un lado del plato el puré de batata y superponer dos rodajas de la pata de conejo deshuesada. Salsear con su demi glace de conejo y guarapo.

En el lado opuesto, extender la crema de aguacate y sobre ella cruzar dos chuletas. En el centro del plato, poner el lomo con pasta brick cortado en diagonal, decorando el plato con unas chips de papa violeta, batata amarilla y albahaca.