



Menú Canario TBM Tenerife 2017

Aperitivos

-Croquetas de Almogrote.

Alérgenos: Lácteos, Huevo y Gluten.

Elaboración:

- 1-Se pone a fuego bajo la mantequilla y cuando se disuelva se va incorporando la harina hasta formar una masa (roux).
2. Incorporamos la leche previamente hervida y formamos la bechamel, agregamos el almogrote, sal y pimienta blanca molida, dejamos a fuego lento sin dejar de remover hasta que la masa se separe del caldero y pasamos a una bandeja para que se enfrié.
3. Cuando la masa esta fría se bolean en bolas o de forma ovalada.
4. se empanan y se fríen.

-Tosta de chorizo perro (parecido a la sobreasada) con queso ahumado.

Alérgenos: Lácteos y Gluten.

Elaboración:

1. Cortar las barras de pan un poco sesgadas y tostarlas un poco en la plancha o en la salamandra.
2. Untar las tostas con el chorizo y encima cubrir de queso ahumado rallado.
3. A la hora de emplatar pasar por la salamandra o por el horno.

1^{er} Plato:

Crema de Berros con Queso Fresco.

Alérgenos: Lácteos y gluten.

Elaboración:

1. En un caldero se pocha con el aceite de oliva, el ajo, cebolla, la verdura cortada en pequeños trozos, cuando pasen unos minutos se agrega los Bubangos y se le añade el agua. De vez en cuando vamos desespumando.
2. A media cocción le añadimos la mitad de los berros picados muy finamente y las papas, seguido, el majado con azafrán tostado, cominos en granos, la sal gruesa y los ajos.
3. Se deja al fuego lento hasta que se cocine bien las papas y antes de retirarlo de la cocción añadimos la otra mitad de berros para que coja color verde (muy picados o licuados), se deja hervir unos minutos y se retira.
4. Retirar del fuego para licuarla con la turmix y pasarla por un chino y la volvemos a poner al fuego unos minutos y rectificamos de sal.
5. Se acompañará de dados de queso tierno y gofio.

2^{oo} Plato

-Atún en Mojo con papas arrugadas.

Alérgenos: Sulfito y Pescados.

Elaboración:

Por un lado limpiar y cortar el atún en filetes.

Por otro lado hacer el adobo machacando todo en el mortero, ajos, sal gruesa, cominos en grano, azafrán.

Una vez escurrido el atún se le añade el majado aceite hasta que casi se cubra y el vinagre.

Se deja a fuego lento unos diez a quince minutos, removiendo de vez en cuando.

-Guarnición:

Papas arrugadas: Las papas se limpian bien y se ponen en un caldero se le agrega el limón y la sal gruesa, se cubre de agua hasta que cubra, se ponen al fuego, cuando estén cocinadas se les escurrirá el agua y se secarán al fuego moviéndolas continuamente hasta que se evapore el agua por completo.

Las papas se presentan abiertas en cruz por la parte de arriba.

Postres

Natillas de Gofio.

Alérgenos: Lácteos y Huevo.

Elaboración:

1-Hervir la leche con el azúcar.

2-Mezclar en un bowl la maicena más un poco de agua, seguido de las yemas.

3-Añadir la mezcla a la leche en el fuego removiendo enérgicamente, añadir el gofio remover y apartar del fuego.

4-Dejar enfriar y pasar a copas o vasos.