Cocina española – video

Estamos en Madrid. La ciudad se despierta y los mejores restaurantes se preparan para la hora de la comida. A las 2 empiezan a llegar los clientes. La cocina española vive un buen momento. Algunos cocineros tienen fama internacional. Conocéis a Ferran Adriá? Su cocina es muy moderna. También es muy famoso Santi Santamaría. Pero su cocina es más tradicional. Aprendemos a cocinar algo tradicional?

Hoy nos han invitado a un restaurante que se llama La Cesta de Recoletos. Vamos a conocer a Adolfo - el jefe de la cocina. /Hola, buenas tardes. /Ha venido Adolfo, por favor? Ya está en la cocina, por favor./Gracias./ Es un restaurante muy peculiar porque le da un toque de modernidad a la cocina tradicional. En esta cocina encontraremos los ingredientes más típicos de la cocina española, por ejemplo pescado y marisco. Adolfo sabe que nos encanta y por eso prepara unos deliciosos mejillones y un pescado llamado rape. Vamos a probarlo. /Este rape, daditos de rape con una guarnición, cuéntamelo tú, cómo es este plato? / El rape es un pescado muy típico en España. En La Cesta el rape se corta en forma de dados y se frie con mucho aceite. Este rape es rape empanado. Para empanar un alimento debemos bañarlo en huevo batido y después en pan rallado. En La Cesta este plato se acompaña de un sofrito./ Este es un sofrito de tomate y cebolla. Es una de la base de cocina española, que es cebolla pochada con tomate. Pochado muy lentamente hasta que nos queda un sofrito que acompaña de todos los platos de rape.

Seguimos en la cocina porque Adolfo nos va a preparar uno de los platos caseros mas típicos de la gastronomía española. Es la tortilla de patatas. Este plato tiene solo tres ingredientes. / La patata tiene que ser patata gallega que es especial para freír, que no se rompa mucho al freírla. Vamos a gastar unos 4 kilos de patatas, más o menos al día, y hacemos unas 20, 20 o 30 tortillas. El segundo ingrediente que vamos a utilizar es la cebolla. La pelamos y cortamos en rodajas y después la mezclamos con las patatas y freímos todo en una sartén con mucho aceite de oliva. /El aceite es uno de los productos más importantes de la cocina española. / Cada día Adolfo emplea cinco litros de aceite. En La Cesta solo utilizan este tipo de aceite que es uno de los productos más típicos y valorados por los españoles. El tercer ingrediente básico de la tortilla es el huevo. Primero debemos batir muy bien el huevo. En este restaurante utilizan los huevos del corral, es decir de gallinas criadas en libertad. Para hacer la tortilla hay que mezclar el huevo con patata y cebolla y poner todo en la sartén. Y no olvidemos echar más aceite. Después dejaremos la tortilla al fuego unos minutos. Llegamos al momento más emocionante y más difícil – hay que darle la vuelta a la tortilla.Y cómo lo hace Adolfo? Ya está lista, la probamos?/ Ésta es individual, pero normalmente se suele comer así en raciones. Qué crees que tiene la tortilla que gusta tanto a todo el mundo? / Bueno, pues es un plato más típico español que más piden cuando vienen aquí a España. La tortilla es de los platos que identifican la cocina española.

Otro de los platos que Adolfo ha preparado son las croquetas, la base de este plato es una masa que se llama besamel y que se hace con leche, harina y aceite. Cuando la masa está fría, debemos coger un pedacito y darle forma a cada croqueta, de una en una. Cuando ya están listas, se frien en aceite. Pero fíjate bien en las croquetas porque su aspecto es parecido a los del los de rape, porque también están empanadas. Nuestras croquetas son de jamón ibérico, pero pueden llevar otros ingredientes, verdad, Adolfo?/ Nosotros nos basamos mucho en las croquetas de jamón ibérico que es la receta tradicional, pero bueno hay gente que lo hace de mil maneras. Hoy en día hay las de chipirón en su tinta, así que…. / Estas están buenísimas./

El jamón ibérico es un alimento exquisito. / Cómo se sabe cuando un jamón es bueno y otro que es malo? Éste es evidentemente bueno, yo lo voy a probar. Cómo se sabe, como se distingue uno que es bueno del otro que no lo está? / Pues, se nota mucho en la grasa de cerdo, la carne, el color de la veta de la grasa, este por ejemplo está muy veteado. / Un buen jamón como éste siempre tiene que ir acompañado de un buen vino. España es un país que produce mucho vino y sus bodegas son conocidas en todo el mundo. En esta ocasión Adolfo ha elegido un vino tinto porque conviene muy bien con todos estos platos. / A mí me han encantado todos estos platos, me encantan y yo voy a quedarme contigo un rato hasta que lo terminemos, vale? / Muy bien.

Hemos probado solo unos de los platos más típicos de España. La comida de La Cesta es comida tradicional que podemos encontrar en muchos restaurantes en España. Pero La Cesta da un paso más. La materia prima tiene que ser de muy buena calidad y la presentación de los platos debe estar muy cuidada. Estas dos características las encontraremos en los restaurantes de alta cocina de España, como la de Ferran Adriá o Santi Santamaría, pero tranquilo – ésto no es alta cocina y su precio es muy razonable. Esa es la filosofía: [illegible] Por la cocina! /

iSLCollective.com