



Sardinas marinadas con horchata, trufa, tomate y albahaca. Foto @Francesc Guillamet

### **SARDINAS MARINADAS CON JANG, HORCHATA, TRUFA NEGRA, TOMATE Y ALBAHACA**

DIARIODEGASTRONOMIA.COM ([HTTP://DIARIDEGASTRONOMIA.COM/AUTHOR/DIARIDEGASTRONOMIA-COM/](http://diariodegastronomia.com/)) x 09/02/2017

El paisaje de mar y montaña del Pirineo de Girona y la Costa Brava también tiene una viva presencia en la cocina. Esta diversidad de sabores y de productos de calidad enriquece la oferta de restaurantes de primer nivel.

### **SARDINAS MARINADAS CON JANG, HORCHATA, TRUFA NEGRA, TOMATE Y ALBAHACA**

**81%**

Nota Final

Porque las estrellas Michelin no caen del cielo. En las comarcas de Girona, el encuentro entre la cocina tradicional y el espíritu innovador ha originado una auténtica constelación de restaurantes extraordinarios. Son un total de 14 establecimientos que reúnen 18 estrellas Michelin, y que invitan a vivir experiencias gastronómicas difíciles de olvidar.

Igualmente, el enoturismo ofrece una experiencia única en la Costa Brava, concretamente en el Empordà. La Ruta del Vino DO Empordà permite adentrarse en una tradición muy arraigada en esta tierra, que se remonta a los tiempos de los romanos y que ahora es posible vivir, muy de cerca, descubriendo todos los secretos de los vinos blancos, rosados y tintos de la Denominación de Origen Empordà.

Unos vinos que maridan a la perfección con platos como estas **Sardinias marinadas con Jang, horchata, trufa negra, tomate y albahaca**, una receta del **restaurante Compartir** (<http://es.compartircadaques.com/>), de Cadaqués, ofrecida por el **Patronat de Turisme Costa Brava Girona** (<http://es.costabrava.org/>).

## Ingredientes y elaboración

Para 4 personas

### Otros

- 20 g de Jang with Vinegar
- 15 g de Caviaroli de arbequina
- 16 hojitas de albahaca
- Sal

### Para las sardinias marinadas

- 8 sardinias de 40 g/u.
- 50 g de Jang with Vinegar
- 75 g de vinagre de vino blanco
- 10 g de sal
- 175 g de agua
- 100 g de aceite de oliva virgen extra

Escamar y filetear las sardinias. Juntar en un recipiente el vinagre, la sal y el agua. Disolver y marinar en esta mezcla los filetes de sardina durante 30 min en la nevera. Escurrir e introducir en el Jang with Vinegar y marinar en el durante 15 min. Sacar los filetes de sardina marinados, escurrir y guardar cubiertos de aceite de oliva virgen extra en la nevera.

### Para la crema de horchata

- 150 g de chufas
- 175 g de agua
- 0,1 g de Xantana
- Sal

Hidratar las chufas 24h cubiertas de agua en la nevera. Juntar el agua indicada con las chufas hidratadas y triturar con la ayuda de un batidor de mano. Reposar en la nevera durante 12 horas. Transcurrido este tiempo, licuar la mezcla de chufa por una licuadora y pasar por estameña, consiguiendo una horchata fina y cremosa. Añadir la Xantana indicada y triturar con la ayuda de un túrmix hasta que no queden grumos. Poner a punto de sal y guardar en la nevera.

### Para el aceite de trufa negra

- 15 g de trufa negra melanosporum
- 50 g de aceite de maíz

Triturar la trufa con el aceite en el vaso americano. Introducir en una bolsa de vacío apta para cocción y cocer en el Rooner a 55°C durante 2 horas. Guardar en la nevera durante 24 horas e introducir en un dosificador de salsas. Guardar en la nevera.

#### Para el aceite de albahaca

- 25 g de hojas de albahaca fresca
- 50 g de aceite de oliva virgen

Escaldar las hojas de albahaca durante 3 seg. en agua hirviendo. Escurrir y enfriar en agua con hielo. Triturar la albahaca escaldada con el aceite indicado en un vaso americano. Colar y guardar en un dosificador de salsas.

#### Para las almendras y piñones fritos

- 16 almendras
- 16 piñones
- 75 g de aceite de girasol
- Sal

Freír las almendras y los piñones partiendo de frío. Cuando empiecen a dorar, escurrir y secar el exceso de aceite sobre papel absorbente de cocina. Poner a punto de sal en caliente y guardar a temperatura ambiente.

#### Para los tomates cherry

- 16 tomates cherry

Escaldar los tomates en agua hirviendo durante 5 seg. Escurrir, enfriar en agua con hielo y pelarlos. Guardar en la nevera.

**Acabado y presentación.** Escurrir los filetes de sardina marinada del aceite y disponer en cada plato cuatro de ellos en ligera diagonal. Salsear la base del plato del plato con la horchata, y repartir por encima de ella el aceite de trufa negra. Repartir 4 tomates entre los filetes de sardina, y salsear cada uno de ellos con el aceite de albahaca y una pizca de sal. Poner los filetes de sardina a punto de sal y aliñarlos con 3 gotas de Jang with Vinegar. Disponer 1 almendra y 1 piñón frito encima de cada filete de sardina. También disponer encima de cada uno de ellos un poco de Caviaroli de arbequina. Terminar disponiendo a cada lado de los de los tomates una hojita de albahaca.

#### RESUMEN



**NOMBRE RECETA** Sardinias marinadas con horchata, trufa, tomate y albahaca

**PUBLICADO EL...** 2017-02-09

**CALIFICACIÓN** ★★★★★ Based on 2 Review(s)

[ARTÍCULO ANTERIOR \(HTTP://DIARIDEGASTRONOMIA.COM/LO-VEGGIE-TENDENCIA-AL-ALZA-ESPANA/\)](http://diariodegastronomia.com/lo-veggie-tendencia-al-alza-espana/)

**[LO VEGGIE, TENDENCIA AL ALZA EN ESPAÑA \(HTTP://DIARIDEGASTRONOMIA.COM/LO-VEGGIE-TENDENCIA-AL-ALZA-ESPANA/\)](http://diariodegastronomia.com/lo-veggie-tendencia-al-alza-espana/)**

[ARTÍCULO SIGUIENTE \(HTTP://DIARIDEGASTRONOMIA.COM/JORNADAS-INNOVACION-AGRICOLA-ZARAGOZA/\)](http://diariodegastronomia.com/jornadas-innovacion-agricola-zaragoza/)

**[TODO SOBRE INNOVACIÓN AGRÍCOLA EN ZARAGOZA \(HTTP://DIARIDEGASTRONOMIA.COM/JORNADAS-INNOVACION-AGRICOLA-ZARAGOZA/\)](http://diariodegastronomia.com/jornadas-innovacion-agricola-zaragoza/)**