

Huevos mollet con crema de marisco (vídeo)

Escrito por Paloma -

sábado, diciembre 23, 2017



© el tercer brazo

Esta receta salió de un programa de radio que escuchaba hacía años ([Comer y Cantar](#), que presentaba [María Torres](#), y cuyos cocineros eran el grandísimo [Abraham García](#) y el televisivo [Sergio Fernández Luque](#)), al finalizar uno de mis preferidos: “[No es un día cualquiera](#)“, con [Pepa Fernández](#).

Es curioso cómo la radio puede conectar con el olfato, el gusto, el tacto... sin ver, oler, ni poder tocar... es curioso cómo las palabras llegan con sentido y se les exprime el jugo cuando interesa y hablan de lo que a uno le gusta. En este caso, dar recetas por la radio... sin fotos, sin vídeo, sin dar a probar... lo encuentro un arte! Un arte que me llegó al corazón cada fin de semana, durante años, hasta que se dejó de emitir. Esta es una de las recetas que rescaté de aquellos programas (una de muchísimas que fui probando, a cada cual más buena).

Al principio cogía papel y boli y escribía como una loca, para no perder detalle. Luego, con el tiempo, aprendí a recuperar los programas en la web... estaba todo grabado! Y podía escucharlos cuantas veces quisiera! Bendito internet y bendita tecnología!!

En cuanto a la tecnología... hay que saber sacarle partido, pero no hay que depender de ella. Y es que ha llegado un punto en que si perdemos el móvil, nos volvemos locos y nos sentimos desconectados, hundidos en la miseria. ¿Sabéis qué? Yo esta Nochebuena en cuanto entre por la puerta el último de los míos... apago el móvil! Quiero disfrutar de lo que tengo en cada momento, y -aunque sé que tengo a mucha gente que me quiere, y eso es algo que agradezco de verdad- eso implica dedicar mi tiempo (que es lo único que tengo sólo mío y que puedo hacer lo que quiera con él) al disfrute de cada conversación, cada bocado, cada mirada, cada risa, cada abrazo, cada beso, cada sabor... cada momento de compartir esta Noche especial con mi gente.

El resto del mundo me importa, ¡claro que sí!, pero por mucho que la tecnología se empeñe, no puedo desdoblarme y estar en dos sitios a la vez. Así que opto por estar PRESENTE. Y los cientos de *wasaps* que me encuentre al día siguiente, los iré respondiendo conforme pueda -0 no- .

Es una idea. Es darle una vuelta al enfoque de cómo estamos direccionando nuestro día a día. Es una invitación a SENTIR, a latir con tu familia, con tus seres queridos... que de eso se trata! Y darnos cuenta de las cosas importantes, las pequeñas, las que hacen que sigamos funcionando.

Valga esta receta como idea de uno de los miles de platos que se pueden preparar para Navidad.

Pero sinceramente, ¿sabéis cuál es la mejor receta? SONREIR, haya lo que haya para cenar o para comer... y COMPARTIR.

**OS DESEAMOS DE TODO CORAZÓN FELIZ NAVIDAD, PARA HOY Y PARA CADA
DÍA DEL NUEVO AÑO 2018**

Receta Huevos mollet con crema de marisco

Según la forma tradicional

Ingredientes (para 4 raciones)

Ingredientes para la base del timbal



½ Kg de espinacas

1 cebolla

12 langostinos (mejor si están crudos, da igual que sean congelados o frescos)

4 dientes de ajo

20 g de piñones

4 dátiles deshuesados

Sal y pimienta al gusto

90 ml de AOVE (aceite de oliva virgen extra)

Ingredientes para la salsa



15 g de mantequilla
50 g de calabaza limpia (sin pepitas ni piel)
200 ml de nata para cocinar

Ingredientes para los huevos



4 Huevos

Sal

Vinagre

Agua

Preparación de las espinacas para la base del timbal

Limpiamos bien y troceamos las espinacas. Reservamos.

Enjuagamos y pelamos los langostinos. Separamos pieles y cabezas y las reservamos aparte. La carne del langostino, la troceamos y la reservamos por otro lado.

Pelamos y picamos la cebolla muy fina. Reservamos.

Pelamos y picamos los ajos también muy finos, quitándoles el corazón, para que no pique. Reservamos.

Picamos a trocitos muy pequeños los dátiles. Reservamos.

Ponemos una sartén a fuego medio con el aceite, el ajo, los piñones y los dátiles. Cuando esté doradito, añadimos la cebolla y pochamos. Posteriormente, agregamos los langostinos troceados. Salteamos un poco y ya empezamos a incorporar las espinacas poco a poco. Abultan mucho, pero es todo volumen que en cuanto note el calor del fuego va a reducir. Si no caben todas las espinacas en la sartén, la solución es ponerlas poco a poco, en varias veces, conforme vayan reduciendo. Si solamente hemos utilizado las hojas de las espinacas, se harán enseguida. Si hemos usado todo (tallos incluidos) entonces, necesitaremos que cuezan un rato más al fuego para conseguir que todas las partes queden blandas.

Sueltan mucho agua, así que cuando veamos que están completamente cocidas, las sacaremos del fuego y las dejaremos escurriendo para que no tengan nada de líquido a la hora de emplatar.

Preparación de la salsa

Pesamos 50 g de calabaza limpia de piel y pepitas y la troceamos a dados.

En una sartén, ponemos la mantequilla. Cuando se deshaga, añadimos los dados de calabaza. Rehogamos un poco y cuando empieza a ablandar, incorporamos las pieles y cabezas de langostinos. Dejamos rehogando todo junto para que tome sabor y agregamos la nata. Tapamos y permitimos que cueza un rato a fuego mínimo. Luego, salpimentamos, mezclamos bien y retiramos del fuego.

Trituramos todo el contenido de la sartén y colamos, extrayendo cuanto podamos de la salsa, utilizando un colador y aplastando con una cuchara contra las paredes del mismo para que escurra lo más posible. Es algo entretenido, porque queda bastante espesa. Es así.

Preparación de los huevos para coronar el timbal

Ponemos agua en un cazo, suficiente como para cubrir los huevos cuando los metamos. Encendemos el fuego al máximo.

En el agua, echamos una cucharadita de sal y un chorro de vinagre.

Una vez llega el agua al punto de ebullición, añadimos los huevos delicadamente para que no se rompan y contamos CINCO MINUTOS. En ese momento, retiramos del fuego, cascamos con una cuchara con sumo cuidado y devolvemos el huevo al cazo de agua hirviendo durante unos segundos. Esto lo hacemos para que el agua penetre entre la cáscara y la clara y se vaya separando poco a poco. De ese modo, será mucho más fácil de pelar.

Cambiamos inmediatamente el agua del cazo por agua fría, o bien pasamos los huevos de un cazo a otro. Pelamos, manteniendo en lo posible el huevo bajo el agua. Son muy delicados. Hay que tener mucho cuidado y paciencia pelándolos para que no se rompan.

Cuando los tengamos, veremos que la clara está sólida y cuando lo rompamos podremos comprobar que la yema ha quedado medio hecha o incluso por hacer casi del todo.

Montamos el timbal

Ponemos el molde en un plato llano. Disponemos las espinacas dentro, como base, presionando bastante para que cojan la forma del molde y no se deshaga al quitarlo.

Quitamos el molde.

Sobre esa base de espinacas, dejamos el huevo y lo pintamos con la salsa que tenemos reservada. Añadimos algo más de salsa en el mismo plato o servimos en un recipiente separado para que el comensal se sirva más si lo desea.

Podemos dejar hecho todo y reservar separadamente, incluso de un día para otro. A la hora de servir, se calienta por separado para que la salsa no quede seca y se monta rápidamente.



Nota: La combinación de sal y vinagre en el agua para cocer los huevos tiene la finalidad de que si los

huevos se rompieran, no se desparramaría el huevo, sino que quedaría retenido en el interior de la cáscara.

Consulta el artículo de “Nutrición y salud”: [Los huevos y el colesterol](#)

También te puede interesar:

Caballa en aceite

Tostas de cordero al estilo marroquí

Pastel de merluza