

Recetas de pavo para cada día

5 grandes chefs han creado estas recetas,
para disfrutar cocinando, para comer sano

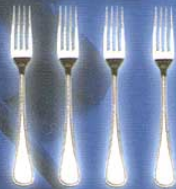
Ferran Adrià

Sergi Arola

Ramón Freixa

Joan Roca

Gorka Txapartegui



ÍNDICE



Tiempo preparación



Tiempo cocción



Dificultad receta



Nº de personas

Presentación

Ferran Adrià

- Virutas de pavo con verduras a la parrilla

Sergi Arola

- Brocheta de pavo con verduras crustillant de pan frito y salsa tártara
- Ossobucco de pavo con "fricassé" de berenjenas y piñones, gamba roja y zamburiñas

Ramón Freixa

- Tatin de pavo con escalibada, yema de huevo y caldo de senderuelas
- Albóndiga líquida de almendras con trigo al curry y salsa de soja

Joan Roca

- Pechuga de pavo con mango y aceitunas negras
- Arroz de pavo y sepia

Gorka Txapartegui

- Roti de pavo asado con estofado de verduras y setas
- Ossobucco de pavo con minestrone de pochas y mousse fluida de maíz

el pavo, CONOCERLO mejor para DISFRUTARLO más

La carne de pavo, sus cualidades nutricionales y gustativas, además de la diversidad de sus piezas (unas de carne roja y otras de carne blanca), siguen siendo grandes desconocidas en España. Nuestro país se ha caracterizado tradicionalmente por su «pasión» por el pollo. Sin embargo, otras especies avícolas aportan matices que se aprecian y que permiten variar nuestra dieta y diferenciar nuestros platos.

El pavo, un ave históricamente reservada a los fastuosos banquetes palaciegos, se ha convertido en un placer cotidiano, asequible. Ahora, no sólo en las celebraciones navideñas se disfruta de esta carne, cualquier época del año es buena para prepararla y degustarla. Les invito a probar las recetas que hemos realizado varios cocineros españoles. Estoy seguro de que reafirmarán la sencillez y atractivo de esta carne, nutricionalmente muy equilibrada, y que además tiene un contenido en grasa muy bajo. Pechugas, alones, blanquetas, contramuslos, distintas piezas para toda la familia, para todos los públicos.

¡Buen Provecho!
Ferran Adrià

EL PAVO
Cocina sana y ligera.





ferran adrià
RESTAURANTE EL BULLI
cala montjoi
ROSES (GIRONA)

Definir a Ferran Adrià es tan complejo como colorear los sentidos o ponerle límites al placer. Sí nos atrevemos a añadir dos palabras: talento y revolución; ambas han hecho de Adrià uno de los mejores cocineros del mundo, capaz de presentar cada año más de una treintena de nuevos platos en su santuario gastronómico de Cala Montjoi.

