EN UN PLIS PLAS

200 RECETAS DE PICOTEO



Larousse

EN UN PLIS PLAS

200 RECETAS DE PICOTEO

Larousse











INTRODUCCIÓN

Si las comidas de picoteo, y en especial las cenas, se han vuelto tan populares en los últimos años es porque permiten una libertad y una originalidad que una comida tradicional no ofrece.

¿Un invitado vegetariano? ¿Alérgico al pescado? ¿Intolerante al gluten? ¿O simplemente alguien complicado? Una comida a base de varias raciones significa librarse de todos estos problemas y del quebradero de cabeza de tener que encontrar EL plato que guste a todos. Optar por pequeñas raciones nos permite combinar una gran diversidad de productos. Puedes ofrecer bocados de carne, dips de pescado, vasitos de verduras; jugar con lo dulce y con lo salado; mezclar ambos sabores; sorprender con los colores y las combinaciones. ¡Todo es posible!

La consigna de este tipo de comidas es precisamente que no existe ninguna consigna. Olvídate de seguir el orden de entrante, plato principal y postre. Que cada uno elija entre unos hojaldres, unas galletas saladas, unas tostadas, unos muffins, unas tartas, unas pizzas, unas quiches… Y, ojo, guardamos los platos grandes y, en su lugar, sacamos los pequeños y todos los cuencos que tengamos. Y no dudemos en jugar la carta de las raciones individuales.

Prepara un bufet con platos pequeños para picar, y no te olvides de los palillos y las servilletas. Una comida de este tipo, sociable y poco formal, resulta ideal para recibir a familiares, amigos, compañeros de trabajo o vecinos. Y si quieres ser aún más original, organiza aperitivos temáticos: un aperitivo dulce, vegetariano, de colores… ¡Tú eliges!

¡No dudes más y atrévete!
Con las 200 recetas de este libro, impresionarás a tus invitados, sean pocos o muchos, en cualquier ocasión.

SUMARIO

PICOTEO

Rollitos de salmón con espárrago.....10
Salchichas de pollo con panceta 12
Croquetas de pollo con curri 14
Pollo rebozado con copos de maíz 16
Minihamburguesas con beicon 18
Rollitos de calabacín con jamón serrano 20
Nuggets con semillas de sésamo 22
Piruletas de foie gras y cebolla confitada 24
Tortilla de patata y chorizo 26
Bocaditos de tortilla con algas nori 28
Bocaditos de polenta y tomates secos 30
Champiñones rellenos 32
Corazones de alcachofa rellenos de ricotta 34
Tomates con mozzarella y hierbas aromáticas 36
Buñuelos de calabacín con parmesano.....38
Caramelos de mandioca 40
Bocaditos de roquefort 42
Camembert asado con pistachos y romero 44
Garbanzos especiados 46
Rösti de boniato 48
Suflés de queso 50
Sorpresas de pan de especias 52
Tempura de verduras 54
Bolitas de bacalao 56
Cogollos con huevas de salmón y cangrejo 58
Bocaditos de huevas de trucha 60
Rollitos de gambas, mango y menta 62
Piruletas de bacalao con beicon 64
Bolas de sushi 66
Miniblinis con tarama casera 68
Brochetas de ternera a la menta 70
Brochetas de fruta y mozzarella 72
Brochetas de kefta con ensalada de tomate 74
Brochetas de pollo y piña a la citronela 76
Dúo de brochetas de aperitivo 78
Endibias con kiwi y feta 80

GALLETAS SALADAS Y HOJALDRES

Palitos de parmesano y semillas de amapola 82
Palitos griegos 84
Galletas saladas de parmesano y semillas 86
Cookies saladas con chorizo 88
Crackers de pimentón 90
Crackers de semillas 92
Galletas de orégano 94
Galletas de semillas de lino y parmesano 96
Trenzas de pimentón dulce y queso irati 98
Tejas de parmesano con sésamo negro 100
Palitos con aceitunas negras 102
Palitos rebozados 104
Chips de boniato 106
Chips vegetales 108
Palmeras de albahaca 110

Palmeras de pesto rojo 112
Palmeras de tomates secos 114
Hojaldres con dos quesos 116
Hojaldres de queso de cabra 118
Hojaldres de ternera 120
Minicruasanes de salmón 122
Crocantes mediterráneos 124
Caramelos de queso de cabra 126
Hojaldres de salchicha y mostaza ... 128
Crujientes de atún 130
Samosas de queso de oveja y cereza 132
Strudel de champiñones y espinacas 134

DIPS, CREMAS DE UNTAR Y VASITOS

Tzatziki clásico 136
Guacamole mexicano 138
Hummus a la libanesa 140
Hummus de calabaza 142
Crema de untar de tomates secos ... 144
Dip de requesón y hierbas aromáticas 146
Crema de untar de pimiento y tofu 148
Crema de untar de pimiento y lentejas coral 150
Crema de sardinas y pomelo 152
Crema de untar de bacalao con leche de coco 154
Crema de untar de salmón al estragón 156
Crema de untar de zanahoria al comino 158
Crema de aguacate y tarama 160
Crema de remolacha y yogur 162
Crema de maíz y cebollino 164
Crema de apionabo y avellanas 166
Crema de boniato y panceta 168
Crema de guisantes, menta y wasabi..... 170
Crema quemada de tomate y queso de cabra 172
Sopa fría de remolacha y pepino 174
Tartar de salmón con manzana y sésamo 176
Tartar de atún con naranja, jengibre y cilantro.....178
Vasitos de queso de cabra con habas y menta 180
Gazpacho blanco de almendras 182
Gazpacho templado de zanahoria y leche de coco 184

PASTELES, PANES Y TOSTADAS

Minipasteles de salmón ahumado y eneldo 186
Pastel 100 % tomate 188
Pastel de chorizo y aceitunas 190
Pastel de comté y hierbas aromáticas 192

Pastel de atún y curri 194
Tostaditas de camembert y manzana 196
Tostaditas de foie gras, higos y pistachos 198
Pan sorpresa con tomates secos y mozzarella 200
Pan para compartir con pesto y emmental 202
Pan de chorizo 204
Minisándwiches de camembert y fresa 206
Empanada de pistachos 208
Minibollos de tomates secos y mozzarella 210
Minisándwiches de atún con huevos de codorniz 212
Fingers de jamón y queso 214
Sándwiches de salmón y rábano picante 216
Sándwiches de pastrami y pepino 218
Minisándwiches de tarama 220
Sándwiches de berros y gambas 222
Brioche de butifarra 224
Tostadas de jamón de pato con peras y roquefort 226
Tostadas de salchichas y albaricoque 228
Tostadas de primavera con ricotta 230
Tostadas de queso azul y pera 232
Tostadas de champiñones y pesto de nueces 234
Pan negro con carne de cangrejo y aguacate 236
Tostadas de salmonete al estragón 238
Tostas de tomate, mozzarela y albahaca 240
Bruschettas de feta, aguacate y cilantro 242
Pan negro con menta y pepino 244
Pan de especias con foie gras y naranja 246
Tostadas de boniato con roquefort 248
Tostadas de aguacate, pepino y huevos de codorniz 250
Baguette sorpresa de lomo embuchado y queso 252

TARTAS, QUICHES, PIZZAS Y MUFFINS

Tartaletas tatin de cebolla roja 254
Muffins de cheddar 256
Muffins de queso de cabra y pesto 258
Muffins de tomate y cebollino 260
Muffins de macarrones con queso 262
Muffins de patatas ralladas 264
Coca ultrarrápida 266
Minipizzas margarita 268
Minipizzas de melocotón, ricotta y albahaca 270
Pizza de gorgonzola y patatas 272
Pizzas de champiñones y scamorza 274
Pizza blanca con salvia 276
Minipizzas de verduras de invierno 278
Miniquiches sin masa 280
Quiche 100 % calabaza 282
Quiche de comté y tomates cherry 284
Quiche tricolor de pimientos 286
Minitartas flambeadas 288
Tarta de brócoli y queso de cabra 290
Tarta de espárragos y ricotta 292
Tarta de calabacín y feta 294
Tarta de puerros y queso 296
Tarta de sardinas en tomate 298
Tarta fina de tomates multicolor 300
Tarta sol de olivada y sésamo negro 302
Tarta sol de pesto y semillas 304
Tartaletas de higos, queso de oveja y miel 306
Tartaletas de pera y gorgonzola 308
Tartaletas de flores de zanahoria 310

DULCES

Magdalenas de limón 312
Bolas de bizcocho crujientes 314
Minibizcochos de coco 316
Muffins de chocolate y pera 318
Brochetas de piña asada 320
Brochetas de frutas de verano 322
Empanadas de manzana y cardamomo 324
Sándwiches de brioche de melocotón y almendra 326
Plátanos con canela y mantequilla con sal 328
Mousse vegana de chocolate 330
Mousse de chocolate blanco y lima ...332
Crema de tiramisú con moras 334
Crema quemada con nubes 336
Eton mess de grosellas 338
Fondant de caramelo 340
Fresas bañadas de caramelo 342
Pudin de mango, chía y lima 344
Rollos de canela 346
Semifrío de amaretto 348
Muffins sorpresa de almendras 350
Palmeras de chocolate praliné 352
Brownies con pacanas 354
Capuchino de mango 356
Minicruasanes de chocolate y coco 358
Bocaditos de chocolate con arroz hinchado 360
Panna cotta de cítricos 362
Panna cotta de frambuesa y verbena 364
Cookies ligeras de plátano y chocolate 366
Piruletas de hojaldre y plátano 368
Tapioca con leche de coco y maracuyá 370
Tartaletas de limón con semillas de amapola 372
Tartaletas de arándanos y galletas caramelizadas 374
Tartaletas de pacanas 376
Crema de té con barquillos de chocolate 378
Tostaditas con fresas y pistachos .. 380
Vasitos de stracciatella 382

CÓCTELES Y BEBIDAS

Caipiriña de frambuesa 384
Classic spritz 386
Spritz de verano 388
Mojito de mango 390
Mojito de albahaca y coco 392
Cosmopolitan al estilo de Manhattan 394
Americano clásico..... 396
Negroni clásico 398
Lambrusco con pomelo y granada 400
Cóctel fresco de jengibre y limón 402
Cóctel ACE casero 404
Smoothie de fresa, pimienta y albahaca 406
Zumo de tomate especiado con apio..... 408

Índice de recetas por ingrediente 410

20 MIN

10 MIN

4

ROLLITOS DE SALMÓN CON ESPÁRRAGOS



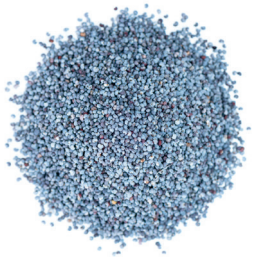
10 ESPÁRRAGOS VERDES



4-5 LONCHAS DE SALMÓN AHUMADO



UN PUÑADO DE RÚCULA



3 CUCHARADAS DE SEMILLAS DE AMAPOLA

1. Cuece los espárragos en agua abundante con sal de 8 a 10 minutos. Sumérgelos inmediatamente en agua con hielo y después sécalos.
2. Según su tamaño coloca 2 o 3 espárragos sobre cada loncha de salmón. Añade un poco de rúcula y pimienta, y enrolla. Pasa los rollitos por las semillas de amapola y córtalos en porciones de 3 o 4 cm de grosor.

LIGHT



20 MIN

10 MIN

4

SALCHICHAS DE POLLO CON PANCETA



2 PECHUGAS DE POLLO EN TROZOS



2 CLARAS DE HUEVO



10 CL DE NATA FRESCA LÍQUIDA



10 LONCHAS DE PANCETA CURADA



2 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA

1. Pon el pollo en el vaso de un robot de cocina junto con las claras de huevo y salpimienta. Tritura hasta que obtengas un relleno homogéneo. Mezcla el relleno con la nata.
2. Recorta unos cuadrados de film transparente y reparte un poco de relleno en el borde de cada cuadrado. Enróllalos en forma de salchicha y ata muy bien los extremos.
3. Cuece las salchichas de 8 a 10 minutos en una cacerola con agua hirviendo. Deja que se enfríen y retira el film. Enrolla las lonchas de panceta alrededor de cada salchicha.
4. Vierte el aceite de oliva en una sartén y dora las salchichas durante unos minutos. Sirve inmediatamente.

Puedes sustituir la panceta por lomo embuchado.



15 MIN

10 MIN

4

CROQUETAS DE POLLO CON CURRI



500 G DE PECHUGA DE POLLO



4 CHALOTAS EN RODAJAS FINAS



2 CUCHARADITAS DE TABASCO®



1 CUCHARADA DE CURRI



3 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA

1. Tritura el pollo y mézclalo con las chalotas y el Tabasco®. Salpimienta y forma unas bolas pequeñas.
2. Pásalas por el curri en un plato.
3. Dora las bolas en una sartén con el aceite caliente. Tapa y cocina durante 10 minutos.



15 MIN

3-4 MIN

6

POLLO REBOZADO CON COPOS DE MAÍZ



3 PECHUGAS DE POLLO EN TROZOS



50 G DE HARINA DE MAÍZ



2 HUEVOS



75 G DE COPOS DE MAÍZ



20 CL DE ACEITE PARA FREÍR

1. Tritura los copos de maíz hasta que tengan la consistencia de pan rallado. Reparte la harina de maíz, los huevos batidos con sal y pimienta y los copos de maíz en tres platos hondos.
2. Pasa los trozos de pollo por la harina y, a continuación, por los huevos y los copos de maíz.
3. Vierte 1-2 cm de aceite en una sartén y dora los trozos de pollo 3 o 4 minutos por lado. Sirve con mostaza y kétchup.

Aquí tienes una versión de nuggets sin gluten. También puedes preparar un fish and chips del mismo modo sustituyendo el pollo por bacalao o pescadilla.

ESPECIAL NIÑOS



20 MIN

10 MIN

4

MINI-HAMBURGUESAS CON BEICON



6 PANECILLOS PARA HAMBURGUESAS



6 HAMBURGUESAS



12 LONCHAS DE CHEDDAR



2 CEBOLLAS ROJAS EN RODAJAS FINAS



12 LONCHAS DE BEICON

1. Precalienta el horno. Corta 2 discos en cada panecillo. Forma unas hamburguesas pequeñas del tamaño de los discos de pan. Corta las lonchas de cheddar por la mitad.
2. Pon los discos de pan 2 minutos bajo el grill. Dora las lonchas de beicon en una sartén a fuego fuerte durante 5 minutos. A continuación, cocina las hamburguesas. Salpimienta.
3. Coloca sobre la mitad de un disco de pan una capa de cheddar, una de beicon y una hamburguesa. Añade otra capa de cheddar y una de cebolla y cierra con la otra mitad del disco de pan. Repite la operación con los demás discos de pan. Sujeta las minihamburguesas con un palillo. Sirve inmediatamente.

ESPECIAL NIÑOS



15 MIN

SIN COCCIÓN

6

ROLLITOS DE CALABACÍN CON JAMÓN SERRANO



3 CALABACINES PEQUEÑOS



4 LONCHAS DE JAMÓN SERRANO



120 G DE QUESO PARA UNTAR



RAMITAS DE PEREJIL PICADO

1. Corta los calabacines en tiras finas a lo largo con la ayuda de un pelador.
2. Mezcla el perejil con el queso para untar. Añade pimienta y reparte esta crema sobre las tiras de calabacín.
3. Corta el jamón del mismo tamaño que los calabacines. Colócalo sobre el queso y enrolla las tiras.

Elige calabacines pequeños para que puedas cortarlos fácilmente con un pelador y también porque son más tiernos y, por tanto, más agradables para comerlos crudos. También puedes utilizar una mandolina para cortar calabacines de mayor diámetro.



10 MIN

10 MIN

4

NUGGETS CON SEMILLAS DE SÉSAMO



400 G DE PECHUGA DE POLLO EN TROZOS



2 CUCHARADAS DE SEMILLAS DE SÉSAMO



10 CL DE NATA FRESCA LÍQUIDA



2 HUEVOS



100 G DE HARINA



2 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA

1. Tritura el pollo con la nata, la clara de un huevo, sal y pimienta. Forma unos nuggets y enharínalos.
2. Bate el huevo entero y la yema restante. Pasa los nuggets por el huevo y, a continuación, por el sésamo.
3. Fríe los nuggets en aceite caliente durante 5 minutos por lado. Escúrrelos sobre papel absorbente y sírvelos.

ESPECIAL NIÑOS



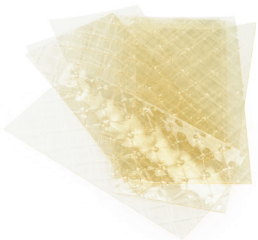
30 MIN

10 MIN

6

2 H

PIRULETAS DE FOIE GRAS Y CEBOLLA CONFITADA



2 LÁMINAS DE GELATINA



150 G DE CEBOLLA CONFITADA



4 REBANADAS GRANDES DE PAN DE MOLDE SIN CORTEZA



220 G DE FOIE GRAS «CUIT»

1. Pon la gelatina en remojo en un cuenco con agua fría. Tritura la cebolla con 10 cl de agua hasta que obtengas un puré. Caliéntala en un cazo a fuego medio. Escurre la gelatina e incorpórala al puré de cebolla.
2. Vierte la preparación en una tarrina y resérvala en la nevera 2 horas. Tuesta el pan de molde. Corta el foie gras en rodajas.
3. Coloca la tarrina bajo agua caliente para desmoldar la gelatina de cebolla. Corta discos de gelatina, foie gras y pan.
4. Monta las piruletas: para ello, intercala una capa de foie gras entre dos discos de gelatina de cebolla y de pan de molde. Pínchalas con un palo de piruleta y sírvelas frías.

¡RECETA GUAU!



15 MIN

30 MIN

4

TORTILLA DE PATATA Y CHORIZO



3 PATATAS GRANDES



2 HUEVOS



75 CL DE ACEITE DE OLIVA



1 CHORIZO

1. Corta las patatas en dados grandes y el chorizo en rodajas. Reserva. Bate los huevos en un cuenco.
2. Calienta el aceite en una sartén. Añade las patatas y fríelas sin que lleguen a dorarse. Al cabo de 10 minutos, tapa pero sigue removiendo de vez en cuando durante 5 minutos.
3. Agrega el chorizo y dóralo 5 minutos. Escurre para desechar el aceite.
4. Calienta de nuevo la sartén y añade los huevos. Cocina 3 o 4 minutos a fuego medio. Da la vuelta a la tortilla y cocínala 3 o 4 minutos por el otro lado. Repite la operación dos o tres veces.



15 MIN

10 MIN

4

BOCADITOS DE TORTILLA CON ALGAS NORI



4 HUEVOS



15 ML DE SALSA DE SOJA CON SAL



2 HOJAS DE ALGA NORI



1 CUCHARADA DE SEMILLAS DE SÉSAMO



1 CUCHARADA DE ACEITE DE GIRASOL

1. Bate los huevos con la salsa de soja y pimienta.
2. Calienta el aceite en una sartén antiadherente y vierte los huevos. Cuando la tortilla empiece a cuajar, coloca las hojas de alga encima. Prosigue la cocción 2 minutos más y enróllala.
3. Corta la tortilla en trozos pequeños, esparce el sésamo y sirve con palillos.

VEGETARIANO



15 MIN

5 MIN

6

2 H

BOCADITOS DE POLENTA Y TOMATES SECOS



5 TOMATES SECOS



5 RODAJAS DE CHORIZO



1 CUCHARADA DE ACEITE DE OLIVA



1 CUCHARADITA DE SAL GRUESA



60 G DE POLENTA

... Y TAMBIÉN UN POCO DE PARMESANO RALLADO (25 G) Y UNAS HOJAS DE TOMILLO

1. Escurre los tomates secos y córtalos en trozos pequeños. Corta el chorizo también en trozos pequeños.
2. Lleva 1,5 litros de agua a ebullición en un cazo. Añade el aceite y la sal gruesa. Cuando el agua rompa a hervir, agrega la polenta y mezcla con energía durante 5 minutos sin retirar del fuego, hasta que esté bien lisa. Incorpora el parmesano rallado, los tomates y el chorizo.
3. Vierte la preparación en unos moldes cilíndricos y resérvalos en la nevera 2 horas para que los puedas desmoldar mejor. Espolvoréalos con tomillo antes de servir.



15 MIN

15 MIN

6

CHAMPIÑONES RELLENOS



12 CHAMPIÑONES



150 G DE QUESO CON AJO Y FINAS HIERBAS



UN PUÑADO DE NUECES TROCEADAS



LAS HOJAS DE 2 RAMITAS DE TOMILLO

1. Precalienta el horno a 190 °C. Mezcla las nueces con el tomillo y el queso.
2. Lava los champiñones, sécalos y retira los pies. Rellénalos con el queso con nueces y hornéalos durante 15 minutos.

Esparce un poco de cebollino picado justo antes de servir.

LIGHT

VEGETARIANO



10 MIN

10 MIN

4

CORAZONES DE ALCACHOFA
RELLENOS DE RICOTTA



8 CORAZONES DE ALCACHOFA



1 LIMÓN



150 G DE RICOTTA



2 CUCHARADAS DE OLIVADA VERDE



2 LONCHAS DE JAMÓN SERRANO

1. Pon los corazones de alcachofa en una cacerola con agua hirviendo con sal y zumo de limón. Cuécelos durante 10 minutos, escúrrelos y deja que se enfríen. Desecha la pelusa de las alcachofas.
2. Mezcla la ricotta con la olivada, sal y pimienta.
3. Rellena los corazones de alcachofa con esta preparación y añade una tira de jamón. Condiméntalos con una pizca de pimienta.



10 MIN

SIN COCCIÓN

4

10 MIN

TOMATES CON MOZZARELLA Y HIERBAS AROMÁTICAS



10 TOMATES SECOS



UNAS HOJAS DE ALBAHACA PICADA



1 DIENTE DE AJO



1 CUCHARADITA DE TOMILLO SECO



12 PERLAS DE MOZZARELLA

1. Escurre los tomates secos y conserva el aceite. Viértelo en un cuenco, añade el ajo chafado, la albahaca, el tomillo, sal y pimienta. Deja marinar las perlas de mozzarella en este aliño 10 minutos.
2. Monta 4 brochetas: para ello, alterna tomates secos y mozzarella.

EXPRÉS



15 MIN

5 MIN

4

BUÑUELOS DE CALABACÍN CON PARMESANO



2 CALABACINES



60 G DE PARMESANO RALLADO



UN PUÑADO DE HARINA



2 CLARAS DE HUEVO



30 G DE PAN RALLADO



20 CL DE ACEITE DE OLIVA

1. Pon la harina, las claras batidas ligeramente y el pan rallado mezclado con el parmesano en tres cuencos distintos. Calienta el aceite en una cacerola.
2. Corta los calabacines en rodajas y condiméntalos con pimienta. Pásalos por la harina y, a continuación, por el huevo y el pan rallado. Sumérgelos en dos o tres tandas en el aceite caliente hasta que estén dorados.
3. Escurre los buñuelos sobre papel absorbente, sala y sírvelos de inmediato.

VEGETARIANO



15 MIN

2 MIN POR CARAMELO

6

CARAMELOS DE MANDIOCA



2 VAINAS DE VAINILLA



400 G DE MANDIOCA



80 G DE AZÚCAR



60 G DE HARINA



1 L DE ACEITE PARA FREÍR

1. Calienta el aceite en un wok o una sartén honda.
2. Raspa la vainilla para obtener las semillas. Pela la mandioca y enjuágala. Rállala fina y mézclala con el azúcar, la harina y las semillas de vainilla.
3. Forma unos caramelos y fríelos durante 1 minuto por lado. Escúrrelos sobre papel absorbente. Sírvelos calientes con unos palillos de madera.

VEGETARIANO

COCINAS DEL MUNDO

