

# mugaritz

## expresión personal



La cocina es parte de su vida, pero no su vida.

La técnica y el producto, el producto y la técnica no son sino herramientas de expresión para el fin último, el disfrute del comensal. La vanguardia reside en una razonable sucesión de los platos dentro del menú, en la

coherencia, en el sentido común. Y el lujo es la posibilidad de ofrecer al cliente unos frutos rojos recogidos de la mata media hora antes. Luis Andoni Adúriz ha cumplido cinco años al frente del singular Mugaritz, trazando un personalísimo camino alejado de las grandes corrientes gastronómicas. "¿Un Mugaritz en Japón? ¿Para qué?"

"Cuando terminé los estudios, confieso que no tenía vocación por nada. Probé en la escuela de hostelería de San Sebastián y el momento mágico llega cuando me llevan como alumno al congreso de alta cocina de Vitoria y descubro a los grandes cocineros franceses. Para mí no eran cocineros, no era lo que yo conocía. Y dije: yo quiero ser eso"

"Y me enganchó tanto que ya me preocupé de aprender con los que me pudieran enseñar de verdad. Y me costó mucho porque no conocía a nadie. Estuve con Ramón Roteta en su pizzería, antes de trabajar en el restaurante, y recuerdo que me fascinaba ver cómo llegaban los productos que iban para el restaurante, todas las verduras perfectamente colocadas, eran como piezas de joyería"

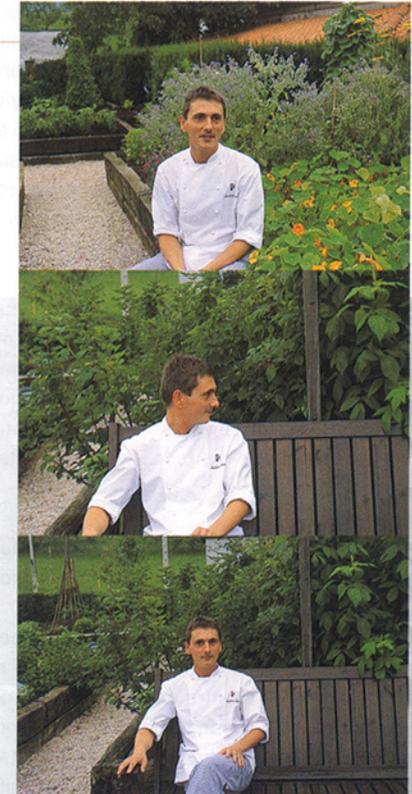
"En El Bulli me hubiera quedado toda mi vida, pero llegó un momento que me pesaba mucho la falta de mi entorno. Tenía que volver a casa. Lo necesitaba". "Después de un año como jefe de cocina con Martín Berasategui le planteé mi necesidad de buscarme la vida y hacer mi propio camino. Y Martín, muy inteligente, me dijo que yo solito no podría ir a ningún sitio. Y era verdad. Yo no tenía nada. Entonces me propuso asociarnos. Después supo retirarse a tiempo".



"En Mugaritz he tenido claro desde el principio que la cocina es muy importante, es parte de mi vida pero no es toda mi vida. La cocina nos ayuda a realizarnos y es vital, pero hay otras cosas. Y esto es difícil en la alta cocina, donde parece que todo el mundo está corriendo el Tour. Cada año tienes que ser mejor, se espera más de ti. A mí me queda mucho por aprender, por crecer, por hacer, por aportar, y además quiero que me quede tiempo para ir a la playa".

"Se ha llegado a un punto que parece que el cocinero tiene que ser un gran empresario, y tener muchos negocios. A mí me ofrecieron abrir un Mugaritz tal cual en Japón. Pero, ¿qué gano con ir a Japón?. Dinero, pero también preocupaciones y además alejarme de mi idea y de mi sueño que no es otro que poder dedicarme a cocinar, a pensar mis platos. A lo mejor no tengo capacidad para hacer ambas cosas. Entonces, no me compensa, lo que no quiere decir que a otro sí le compense. Yo ya tengo dinero para vivir, aunque no pueda llevar relojes de oro".

"Los americanos no montan restaurantes de este tipo. Pero no porque no estén preparados o porque no tengan sensibilidad. Si no porque no son rentables como otros negocios en los que a corto plazo vas a recuperar y a multiplicar la inversión. Esto es apostar por un restaurante en el que trabajamos 30 personas para 50 comensales, que damos el mejor producto y cobramos la mitad que en Francia. Hay que estar un poco loco".



"Cuando empecé con Mugaritz, mi problema es que estaba excesivamente contaminado, en el buen sentido. Después de dos años en El Bulli, donde trabajas e investigas bajo una filosofía muy concreta que es la que marca Ferran Adrià; y un año con Berasategui, donde te pones al servicio de su manera de hacer y de entender la cocina, lo difícil es hacer cosas distintas. Pero sobre todo porque además ellos ya lo hacen casi todo y muy bien".

"Vimos que en alta cocina se estaban haciendo platos con ocho, diez y hasta doce o más ingredientes. Entonces optamos por una cocina más elemental y más inmediata. Y hasta de más riesgo, porque en un plato con tres ingredientes, no puedes fallar en ninguno porque se cae todo. Tienen que estar perfectos".

"Tampoco puedes hacer esta cocina para mucha gente, y nos marcamos 50 comensales como límite, lo que implica una menor rentabilidad".

"Y empezamos a reflexionar y a preguntarnos ¿qué es vanguardia? y ¿qué es creatividad? Para mi no es un menú con no se cuantos entrantes, platos, postres y minardisses que a lo mejor terminan sentándote mal. Y empezamos a estudiar la coherencia dentro del menú, el sentido común en la sucesión de platos, y a plantearnos cada plato como un todo".

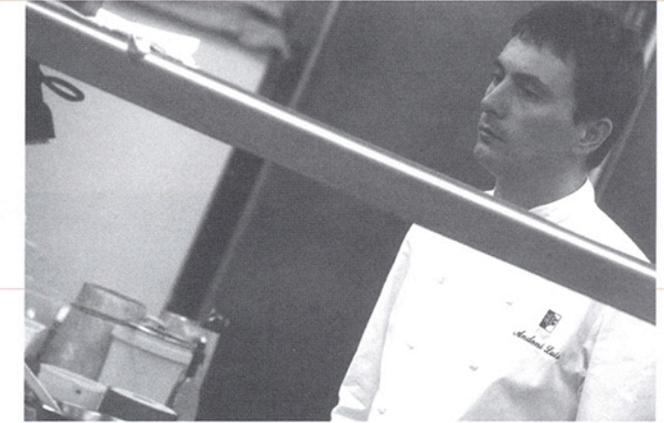
"Y analizamos qué cliente viene a un restaurante como éste y alejado de la ciudad, porque aquí no viene nadie de paso ni de forma circunstancial, sino expresamente. Muchos vienen después de haber estado en todos los restaurantes de la zona, y otros hacen 1.000 kilómetros sólo para venir. Evidentemente, este tipo de cliente no tiene problemas de dinero, viene con todo el interés y además puede dedicar todo el tiempo necesario para comer. Y ese es nuestro cliente".

"Entonces nos preguntamos ¿qué es el lujo?. A un cliente como el nuestro no le podemos agasajar con lubina, bogavante, foie y cubiertos de plata, porque está harto de comer esos productos en los mejores restaurantes y a lo mejor los cubiertos en su casa son de oro. Y entonces tenemos que sorprenderle con algo que no se puede encontrar en cualquier sitio, ni siquiera pagando mucho dinero".

"Para nosotros el lujo es algo tan simple como que el cliente se pueda comer unas verduras o unos frutos rojos que hemos cogido de la huerta o de la mata justo media hora antes, que han madurado al sol y que no han pasado por la cámara".



MUGARITZ

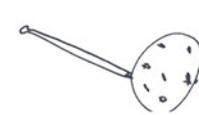
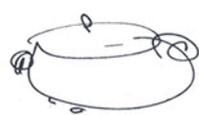


"Tu puedes ir a un restaurante y sorprenderte porque te sirvan la ostra más grande que jamás hayas visto. Aquí el producto está por encima del cocinero. Pero también puedes ir a otro restaurante donde el producto casi no existe, y es el cocinero y su técnica lo que te sorprende. Ambas opciones puedes ser válidas. Yo he intentado que técnica y producto estén a la misma altura. Son herramientas de expresión para conseguir que el que viene a comer se sorprenda y disfrute. No queremos que el producto esté por encima de la técnica ni viceversa".

"Además, Mugaritz significa frontera. Es estar entre la tradición y la vanguardia, entre el campo y la industria, son muchas cosas opuestas las que intentamos reflejar en la cocina que hacemos. Y por supuesto recogemos el paisaje y el paisanaje de este entorno".

"Hoy los productos son universales, las técnicas son accesibles a todo el mundo y se puede comer lo mismo en Toronto que en Ronda. Por eso yo quiero que mi paisaje esté presente en mi cocina".

"No significa que me limite a utilizar sólo productos de aquí. El origen del producto para mi es secundario. Si tú preparas una escalivada con las mejores verduras marroquíes y luego haces un cuscús con los mejores ingredientes catalanes, ¿dónde está la esencia de la gastronomía catalana, en el cuscús o en la escalivada? Pues, obviamente en la escalivada, porque es en el plato donde está la esencia. Por tanto, el producto y su origen no son tan determinantes".



"Lo importante es el gusto y la memoria de tu entorno. Yo cocinaré con productos de donde sea, pero les podré el acento de aquí, el del gusto de mi paisaje y de mi paisanaje".

"La técnica es fundamental pero intento que no se note, que no se perciba. Estamos trabajando con los investigadores de la Universidad de Granada para intentar sintetizar el aroma del musgo, que no se puede comer porque es tóxico. Pero a mi me interesa la emoción que puede significar ese aroma en un plato, sin afán de que se vea que hay un trabajo de investigación y de técnica".



"La riqueza de la gastronomía está en lo artesano, en lo artístico, en la creatividad, en la intuición, en la ciencia y en ir desvelando secretos".

"Estamos satisfechos de la trayectoria y de lo que hemos podido ir aportando. Satisfechos cuando viene gente de fuera y antes de que les expliquemos nada, se adelantan y resulta que ya saben a lo que vienen, y ya han entendido muchas de las cosas que hemos querido transmitir en estos cinco años".



## Vegetales catalogados y clasificados por Mugaritz

### VERDURAS Y HORTALIZAS

ACELGA DE PENCA.  
 ACELGA DE TALLO ROJO.  
 ACELGA DE TALLO AMARILLO.  
 AJO FRESCO.  
 AJO SILVESTRE.  
 AJO MORADO.  
 ALCACHOFA.  
 BERENJENA.  
 BERENJENA INDIA.  
 BERENJENA ROJA.  
 BERENJENA BLANCA "BLANC DE MENORCA".  
 BERZA.  
 BRÉCOL.  
 CALABACÍN AMARILLO.  
 CALABACÍN BLANCO.  
 CALABACÍN ESFÉRICO "SUMMER"  
 CALABACÍN "SWEET DUMPLINO".  
 CALABAZA APLASTADA "BLACK FOREST".  
 CALABACÍN DE INVIERNO "JACK BE LITTLE"  
 CALABACÍN VERDE.  
 CALABAZA ALMIZCLERA.  
 CALABAZA BOTONERA.  
 CALABAZA ESPAGUETI.  
 CALABAZA CONFITERA.  
 CALABAZA COMÚN.  
 CALABAZA (BROTOS).  
 CARDO.  
 CARDO ROJO.  
 CASTAÑAS DE AGUA.  
 CHAYOTE.  
 COL BOSTON.  
 COL DE BRUSELAS.  
 COL CHINA.  
 COL LOMBARDA.  
 COL MARINA [CRAMBE MARÍTIMA]  
 COLIFLOR.  
 ESPÁRRAGO TRIGUERO.  
 ESPÁRRAGO BLANCO.  
 FUZZY MELÓN [CALABAZA CEROSA TIERNA]  
 GOMBO.  
 GUISANTE.  
 GUISANTE ESPARRAGUERO.  
 JUDÍA PLANA.  
 JUDÍA DE KENIA.  
 LEVÍSTICO [APIO DE MONTAÑA].  
 PAK-CHOI.  
 PAK-CHOI SHANGHAI.  
 PEPINO AMARGO.  
 PIMIENTO MORRÓN.  
 POCHAS.  
 PUERRO.  
 REMOLACHA ROJA.  
 ROMANESCO.  
 TIRABÉQUE.  
 TOMATE.  
 TOMATE AMARILLO.  
 TOMATE "CHERRY".

### LECHUGAS Y HIERBAS DE HOJA

ACHICORIA ROJA O DE TREVISÓ.  
 ACEDERA.  
 ACEDERA REDONDA O ROMANA.  
 ACEDERA SILVESTRE.  
 AMARANTO.  
 ARMUELLE VERDE.  
 BERRO AMERICANO.  
 BERRO CULTIVADO.  
 BERRO DE AGUA.  
 CELTUCE.  
 CICORINO VERDE.  
 COCLEARIA.  
 DIENTE DE LEÓN.  
 DIENTE DE LEÓN BLANCO.  
 ESCAROLA.  
 ESPINACA.  
 ESPINACA CHINA [AMARANTHUS] "BAYAM BHAI".  
 ESPINACA DE PRIMAVERA.  
 ESPINACA DE NUEVA ZELANDA.  
 ESPINACA MALABAR.  
 HIERBA DE LOS CANÓNIGOS.  
 LECHUGA HOJA DE ROBLE  
 LECHUGA HOJA DE ROBLE VERDE  
 LECHUGA ICEBERG ROJA.  
 LECHUGA LOLLO ROSA.  
 LECHUGAS ORIENTALES: PAK CHOI / KOMATSUNIA / LOOSE CABBAGE / MIZUNA / MOSTAZA PÚRPURA.  
 LECHUGA REPOLLADA.  
 LECHUGA TAILANDESA.  
 MIZUNA.  
 MONTIA.  
 MOSTAZA DE HOJAS "AMSOI".  
 MOSTAZA DENTADA.  
 MOSTAZA NEGRA.  
 MOSTAZA MARRÓN.  
 ORUGA O ROQUETA.  
 ORUGA O ROQUETA SILVESTRE.  
 PIMPINELA BLANCA.  
 PIMPINELA MENOR.  
 PLANTA DEL HIELO.  
 SHISO ROJO.  
 SHISO VERDE.  
 TATSUI.  
 VERDOLAGA DORADA.  
 VERDOLAGA SILVESTRE.

### BROTOS Y GERMINADOS

BROTOS DE MAÍZ.  
 BROTOS DE REMOLACHA.  
 BROTOS DE NABO.  
 BROTOS DE MOSTAZA.  
 JUDÍA MUNGO.  
 BROTOS DE PUERRO.  
 BROTOS DE HELECHO.  
 BROTE DE TOMATE.  
 BROTE DE GUISANTE.  
 GERMINADO DE ALFALFA.  
 GERMINADO DE COL ROJA.

### TUBERCULOS, RAÍCES Y BULBOS

AGUATURMA.  
 APIO NABO.  
 BATATA.  
 BULBO DE HINOJO.  
 COLIRABANO.  
 CHIRIVIA.  
 ESTÁQUIDES (CROSNES).  
 NABOS.  
 PATATA CANARIA.  
 PATATA DESIRÉE.  
 PATATA SPUNTA.  
 PATATA ROSEVAL.  
 PATATA RATTE.  
 RÁBANO ROJO.  
 RÁBANO BLANCO.  
 REMOLACHA ROJA.  
 SALSIFI NEGRO.  
 SALSIFI BLANCO.  
 SKIRRET.  
 TUPINAMBO.  
 ZANAHORIA BABY.  
 ZANAHORIA REDONDA.  
 ZANAHORIA SILVESTRE.

### SEMILLAS

SEMILLAS DE ANÍS.  
 SEMILLA DE CAPUCHINA.  
 SEMILLAS DE ENELDO.  
 SEMILLAS DE HINOJO.  
 SEMILLA DE ZANAHORIA.  
**FLORES**  
 AJOS SILVESTRES [FLORES]  
 BERGAMOTA [FLORES]  
 BORRAJA AZUL [FLORES]  
 BORRAJA BLANCA [FLORES]  
 CALABACÍN [FLORES]  
 CALABAZA [FLORES]  
 CALÉNDULA [FLORES]  
 CAPUCHINA.  
 CEBOLLINO [FLORES]  
 CLAVELINA DE PLUMA [FLORES]  
 COSMOS [FLORES]  
 CRISANTEMO [FLORES]  
 ENELDO [FLORES]  
 LUNARIA [FLORES]  
 MALVA [BOTÓN FLORAL]  
 MALVA REAL [FLORES]  
 MOSTAZA [FLORES]  
 ORUGA O ROQUETA [FLORES]  
 PRIMULAS [FLORES]  
 ROMERO [FLORES]  
 SAÚCO [FLORES]  
 TRINITARIA O PENSAMIENTO AZUL, ROJO, AMARILLO Y TRICOLOR [FLORES]  
 VIOLETA [FLORES]  
 VIPERINA [FLORES]  
 ZANAHORIA [FLORES]

### HIERBAS AROMÁTICAS SILVESTRES Y CULTIVADAS

[BRIZNAS Y PEQUEÑAS HOJAS]  
 ACHILLEA.  
 AJEDREA.  
 AJO DE OSO.  
 ALBAHACA.  
 ALBAHACA ANÍS.  
 ALBAHACA LIMONERA.  
 ALBAHACA ENANA O GRIEGA "FINE VERT".  
 ALBAHACA PÚRPURA. "RED RUBIN".  
 ALBAHACA "TULSI".  
 ANGÉLICA.  
 CAPUCHINA [HOJAS]  
 CEBOLLINO.  
 CEBOLLINO CHINO.  
 CILANTRO.  
 CRISANTEMO DE ENSALADA.  
 ENELDO PÚRPURA [BRIZNAS]  
 ESTRAGÓN.  
 HIERBA LIMONERA.  
 HINOJO [HOJAS]  
 HISOPILLO.  
 HISOPO.  
 MASTUERZO.  
 MEJORANA.  
 MILENPRAMA.  
 MITSUBA.  
 ORÉGANO.  
 OXALIS.  
 PEREJIL.  
 PEREJIL RIZADO.  
 PERIFOLLO.  
 PERPETUA. HELICHRYSUM ITALICUM.  
 TANACETO / MATRICARIA  
 VALERIANA.

### HONGOS Y SETAS

MORQUELÁCEAS.  
 CANTARÉLÁCEAS.  
 ESPARASIDÁCEAS.  
 HIDNÁCEAS.  
 AMANITA CAESAREA.  
 BOLETÁCEAS.  
 AGARICÁCEAS.

### VARIOS

AVELLANAS FRESCAS.  
 ALMENDRAS FRESCAS.  
 CASTAÑAS FRESCAS.  
 GONOPODES.  
 NUECES FRESCAS.  
 TALLO DE COLIFLOR.  
 TALLO DE BRÓCOLI.



ANOTACIÓN PREVIA:

La siguiente preparación es susceptible de infinitos cambios, debido a la estacionalidad de sus ingredientes. Según la climatología, la estación y las distintas variedades que se plantan en el huerto de Mugaritz, van incorporándose unas y desplazándose otras.

Se sirven aliñadas con unas gotas de mantequilla tostada avellana y unos granos de sal, para terminar bañadas con un jugo de queso Emmental.



MUGARITZ

**Ingredientes (4 personas)**  
**MANTEQUILLA AVELLANA**

**Ingredientes**  
100 g mantequilla

**Elaboración**

Poner la mantequilla en un cazo a fuego lento, dejar que hierva poco a poco, desespumando cuidadosamente, hasta que el componente líquido se evapore y las proteínas lácteas se tuesten, adquiriendo la grasa un color dorado y un característico aroma a avellana.

**JUGO DE EMMENTAL**

**Ingredientes**  
200 cl caldo.  
100 g Emmental  
una pizca de sal

**Elaboración**

Colocar en el vaso de una batidora el queso junto con el caldo. Triturar, rectificar el punto de sal y dejar reposar. Retirar el poso de queso sedimentado y colar.

**ADEMÁS**

Aceite de oliva para saltear las setas.  
Cuatro dados de mantequilla.

Para las verduras y hortalizas: Mantener crudas las que puedan consumirse de esta manera. El resto blanquear, hornear y saltear, según se desee.

Para las lechugas y hierbas de hoja, los brotes y germinados, y las hierbas aromáticas: Limpiar en abundante agua con unas gotas de lejía, escurrir, y sumergir en otra agua con gotas de vinagre.

Para los tubérculos, raíces y bulbos: Pelar, trocear en pedazos del tamaño de una nuez, saltear con unas gotas de mantequilla avellana y hornear, a fuego medio, hasta que estén hechos, circunstancia que comprobaremos con la punta de un cuchillo fino.

Para las semillas: Limpiar en abundante agua.

Para las flores: Limpiar en abundante agua con unas gotas de vinagre. Escurrir rápida y cuidadosamente.

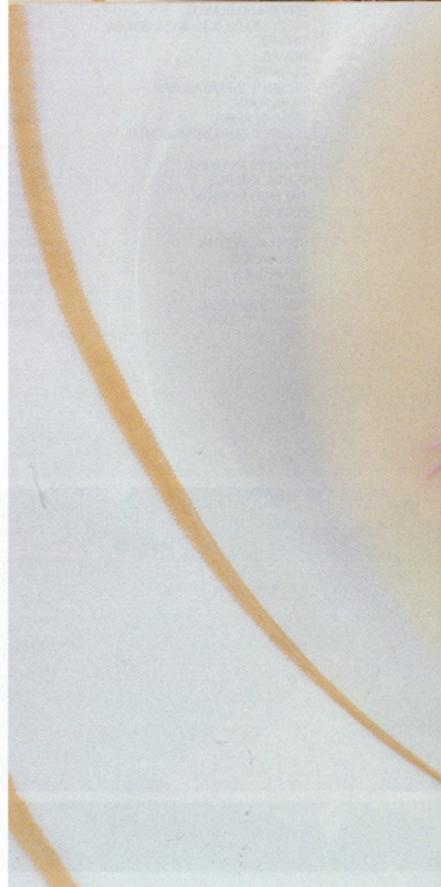
Para los hongos y las setas: Limpiar con un trapo humedecido. Saltear con una cucharada de aceite (lo justo para que no pierdan su textura y aroma natural).

**Acabado y presentación**

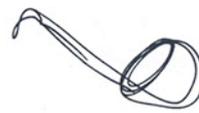
Repartir un pedazo de cada uno de los tallos, raíces, bulbos y setas en cuatro recipientes que calentaremos en un horno suave junto con un dado de mantequilla.

Distribuir las lechugas, hojas, brotes, germinados, semillas, brinzas y flores sobre las verduras tibias, de tal manera que se forme un conjunto con alternancia de volúmenes, espacios y colores.

Aliñar con la mantequilla avellana. Acompañar del jugo de queso Emmental caliente que se verterá en la base cuidadosamente.



aliñadas con mantequilla avellana y salpicadas de semillas y pétalos.  
Aderezo generoso de queso Emmental.



## Gel marinero de pan y chipirón

### CHIPIRÓN

#### Ingredientes

16 u chipirones  
10 g aceite de oliva  
5 g sal fina

#### Elaboración

Limpia los chipirones de sus interiores con mucho cuidado. El chipirón se ha de separar en tres piezas. El cuerpo, el tentáculo y las pinzas. Reservar dentro de la nevera.

### CALDO DE BACALAO

#### Ingredientes

40 g pieles de bacalao  
500 ml agua

#### Elaboración

Lavar las pieles de bacalao ya desaladas y ponerlas a cocer en el agua. En cuanto empiece a hervir, bajar el fuego al mínimo y dejar que cueza poco a poco hasta que reduzca a una cuarta parte del líquido. Colar el caldo y poner a punto de sal el caldo obtenido. Reservar.

### PARA EL CALDO DE LEGUMBRES

#### Ingredientes

1 l agua  
20 g zanahoria  
2 dientes de ajo  
20 g puerro  
30 g cebolla  
30 g garbanzos  
1 hueso  
100 g carne rica en colágeno

#### Elaboración

En una cazuela disponer todos los ingredientes juntos. Dejar que el conjunto rompa en hervor, bajar el fuego y dejar cocer por espacio de 2 horas. Colar y reservar.

### CALDO DE CHIPIRÓN

#### Ingredientes

875 g cebolla  
25 ml aceite de oliva  
600 g chipirón  
200 ml vino blanco  
5 claras de huevo

#### Elaboración

Limpia los chipirones y trocea cada uno de ellos en cuatro, reservar en la nevera. Pelar y cortar las cebollas en trozos grandes. Agregar el aceite a un puchero y poner a rehogar la cebolla. Una vez de que esta rehogada agregar el chipirón troceado y el vino blanco. Sobre el puchero colocar una tapa y dejar cocer durante 4 horas muy despacio. Después de este tiempo colar y reservar en la nevera. Cuando esté frío, se le quita la grasa que nada en la superficie. En un bol batir energicamente las claras y agregarlas

sobre el caldo de chipirón. Mezclar con una varilla y poner el puchero al fuego mínimo. Dejar a fuego mínimo hasta que toda la clara cuaje y suba a la superficie. Con la ayuda de una espumadera retirar toda la clara de la superficie. Pasar el caldo por un paño húmedo y un colador. Reservar fuera de la nevera.

### CALDO DE TINTA

#### Ingredientes

40 g caldo de bacalao  
1.680 ml caldo de legumbres  
170 g caldo de chipirón  
17 g tinta natural

#### Elaboración

Colocar todos los caldos juntos en un cazo y dejar reducir muy poco a poco hasta la mitad. Una vez reducido, colar y reservar fuera de la nevera.

### PAN

#### Ingredientes

1 u pan vienés  
0,5 l caldo de tinta

#### Elaboración

Cortar 10 rebanadas de pan vienés con 1 cm de grosor. Partir cada una de las rebanadas sobre una cazuela y agregar el caldo de tinta hasta cubrir las mismas. Colocar al fuego y dejar cocer muy poco a poco. Si hierve fuerte en algún momento el pan se va a romper. A medida que la cazuela se quede sin líquido se le agrega un poco más. Se cocerá en unas 2 horas. Debe de ser un pan muy untuoso. Una vez acabado reservar fuera de la nevera.

### ACEITE DE CHIPIRÓN

#### Ingredientes

500 g chipirón  
3 ml aceite oliva O.F.  
cardamomo

#### Elaboración

Limpia los chipirones y cortar cada uno de los mismos en 4 trozos. Colocar 2 ml. de aceite a calentar en una cazuela. Sobre la misma agregar los chipirones, dejar rehogar muy poco a poco. El chipirón debe de soltar toda el agua. Una vez bien rehogado retirar del fuego y dejar enfriar. La parte pegada se despegar con cuidado. Una vez frío cubrir con todo el aceite restante. Limpiar las semillas de cardamomo, picar bien y agregarlas sobre el aceite. Tapar con filme y reservar en un lugar cálido por espacio de 48 horas. Transcurrido este tiempo, colar y reservar el aceite en la nevera.

### CEBOLLETA THAI

#### Ingredientes

12 brotes de cebolleta thai

#### Elaboración

Quitar la primera capa de piel, cortar las puntas un poco al vies y reservar en un recipiente con agua y hielos dentro de la nevera.

### Acabado y presentación

Calentar los panes en la cazuela y saltar los chipirones con aceite de oliva virgen. Escurrir las cebolletas thai sobre un papel secante. Disponer los panes sobre 4 platos, alrededor trazar con la tinta y sobre ésta el aceite de chipirón. Encima del pan se colocarán los chipirones y sobre los mismos la cebolleta thai.

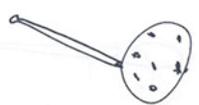
Chipirón salteado, cebolla thai y aceite simple de granos del paraíso "Elettaria cardamomun"



MUGARITZ



MUGARITZ



Espina crocante y base yodada al enebro



MUGARITZ

Acabado y presentación

Colocar una sartén antiadherente al fuego con 30 ml. de aceite de oliva. Una vez caliente dorar la piel de los salmónetes. Una vez dorados retirarlos sobre una bandeja caliente para terminar de hacerlos por el lado de la carne. Colocar en la salamandra durante 2 minutos. Calentar el jugo yodado y repartir en 4 platos hondos. Agregar a los lomos de salmónete flor de sal y colocar sobre el jugo un lomo de salmónete con la piel dorada hacia arriba. Sobre la misma colocar la espina crocante y disponer sobre la espina el otro lomo de salmónete.



Para 4 personas

SALMONETE

Ingredientes

- 4 u. salmónetes de 250 g cada uno
- 30 ml aceite de oliva
- 5 g sal fina

Elaboración

Limpiar los salmónetes y deslomarlos. Las espinas introducir las en un recipiente con agua y hielos. Se dejan desangrar durante 1 hora. Por otro lado desespinar los lomos. Reservarlos dentro de la nevera. Los hígados del salmónete reservarlos en un recipiente para hacer después el jugo yodado. Retirar las espinas del agua y reservarlas dentro de la nevera entre dos papeles absorbentes.

ESPINAS CROCANTES

Ingredientes

- 300 ml aceite de girasol
- 100 g almidón de patata
- 4 u. espinas de los salmónetes

Elaboración

Colocar el aceite en un puchero hasta conseguir una temperatura de 120°C. Pasar las espinas por el almidón, sacudir las espinas para luego freírlas con el menor almidón posible. Introducir las dentro del aceite y freírlas a la misma temperatura durante una hora y media. En todo momento deben de estar sumergidas dentro para que se hagan por igual. Tras este espacio de tiempo retirarlas sobre papeles absorbentes y reservarlas en un lugar cálido.

CALDO DE PESCADO

Ingredientes

- 2 u. espinas de merluza
- media zanahoria
- media cebolla
- 4 u. tallos perejil
- 50 g vino blanco
- 30 g aceite de oliva
- 4 l agua

Elaboración

En una cazuela poner las espinas de merluza, junto con las verduras peladas y cortadas en 6, añadir el agua y dejar cocer durante 25 minutos a fuego muy suave sin que hierva. Añadir el vino, el aceite y dejar durante 5 minutos más. Dejar reposar fuera del fuego durante 10 minutos y colar por un paño húmedo.

ACEITE DE BAYAS

Ingredientes

- 100 ml aceite de girasol
- 7 g bayas de enebro

Elaboración

Con la ayuda de un cuchillo machacar las bayas de enebro. Por otro lado subir el aceite a una temperatura de 50°C e introducir las bayas machacadas. Tapar y dejar infusar durante 24 h. Reservar en un lugar muy cálido.

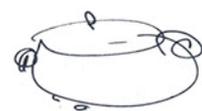
JUGO YODADO

Ingredientes

- los hígados de los salmónetes
- 100 ml aceite de bayas
- 5 g sal fina
- 50 ml caldo de pescado
- 7 g bayas de enebro

Elaboración

Colocar el aceite de bayas en un cazo pequeño al fuego. Una vez caliente el aceite agregar los hígados del salmónete y con la ayuda de una barilla ir emulsionando poco a poco. Una vez que comienza a tomar cuerpo agregar mas aceite de bayas. Seguir batiendo sin parar. En el ultimo momento agregar las bayas machacadas. Reservar fuera de la nevera.

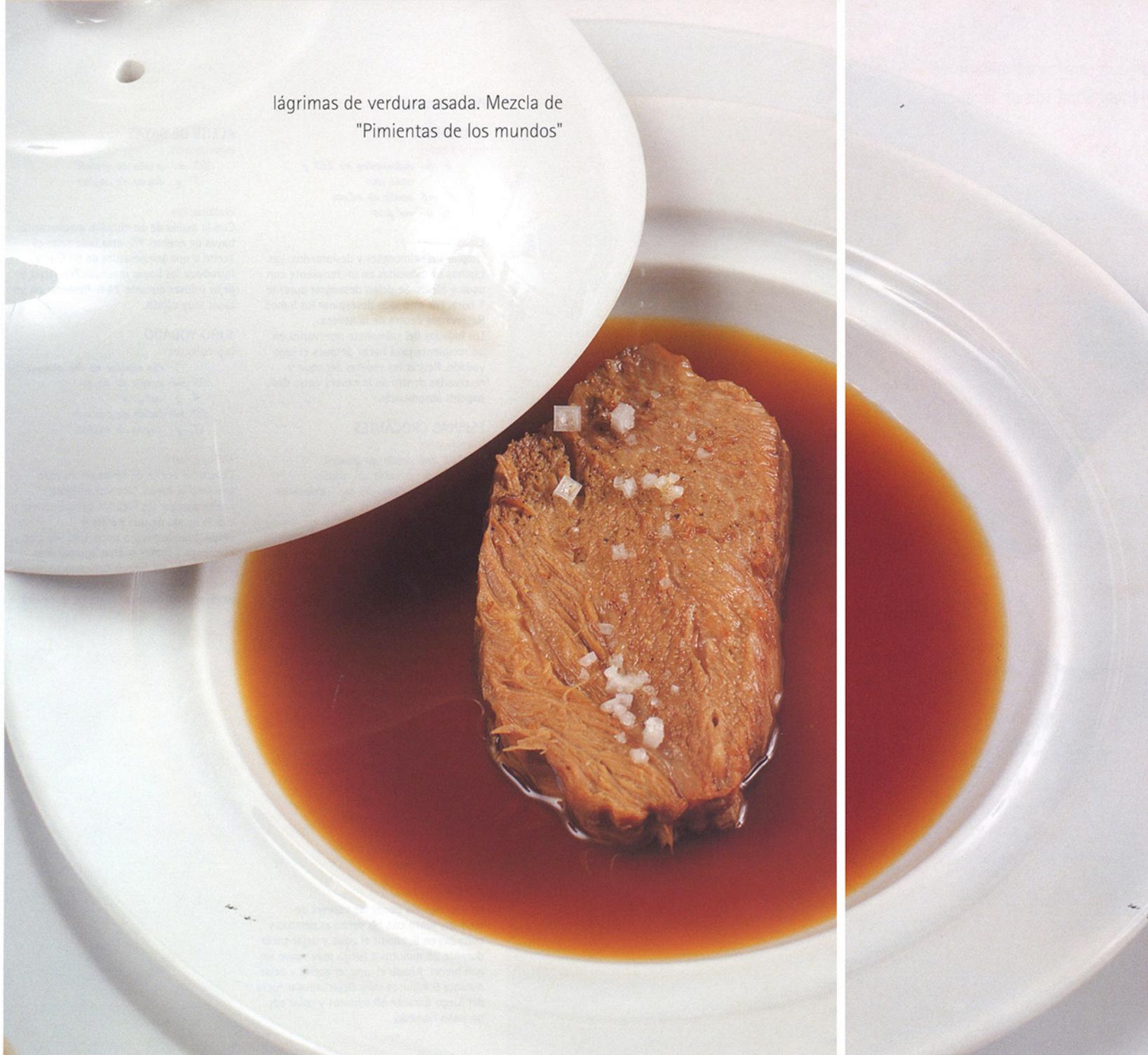


Pieza de vaca guisada a 70°C y cortada al momento

lágrimas de verdura asada. Mezcla de  
"Pimientas de los mundos"



MUGARITZ



Para 4 personas

### PIEZA DE VACA

#### Ingredientes

2 u. carrilleras de vaca de  
300 g. cada una

#### Elaboración

Precalentar un baño María a 70°C. Limpiar la carne quitando toda la grasa que tenga en exceso. Envasarla individualmente en bolsas de vacío y sellarlas al 75% de presión.

Sumergir en el baño María y cocerlas durante 35 horas a una temperatura constante de 70°C.

### LÁGRIMAS DE VERDURA ASADA

#### Ingredientes

900 g. cebollas pequeñas  
850 g. pimientos morrones

#### Elaboración

Asar sobre una brasa de carbón vegetal, leña o sarmientos los pimientos y las cebollas. Debe de hacerse a una altura media, que nos permita ir cociéndolas lentamente mientras toman color. Disponer en boles herméticos separados para que no pierdan el calor. Pelar. Tapar nuevamente con papel filme los boles, pero previamente trocear en cuatro las cebollas. Hornearlos a 70° C durante 8 horas. Recoger el líquido liberado por las verduras y mezclar en la siguiente proporción; 1/4 de jugo de cebolla y 3/4 de jugo de pimiento. Rectificar de sal y reservar.

### PIMIENTA DE LOS MUNDOS

#### Ingredientes

2 g. mezcla de pimientas: negra,  
blanca, verde seca, rosa  
seca, pimienta de Jamaica,  
fajaca, anejo.

10 g. sal marina gruesa

### Acabado y presentación

Calentar el jugo de pimiento y cebolla sin que sobrepase los 70°C y repartir sobre cuatro platos hondos. Extraer la carne guisada a 70°C de la bolsa, sazonarla por todas las caras con sal fina, y dividir cada pieza en dos trozos. Salpimentar cada ración con sal gruesa marina y la mezcla de pimientas recién molida. Colocar sobre las lágrimas de verduras bien caliente.



maduradas al sol, estimuladas con una crema helada de pimienta blanca. Sopa fría de lileáceas



MUGARITZ



Para 4 raciones

**FRUTAS**

**Ingredientes**

- 16 u frambuesas rojas
- 16 u frambuesas amarillas
- 8 u fresas
- 8 u fresas del bosque
- 16 u moras
- 12 u arándanos
- 12 u grosellas rojas
- 12 u grosellas negras
- 4 u uva espina

**Elaboración**

Cortar las frutas de las matas, si no se tiene huerta obtenerlas de una tienda especializada. Los frutos rojos deben de ser maduros. En ningún momento se han de meter en la nevera. Partir las fresas, moras y uva espina. Reservar todo en flaneras diferentes y fuera de la nevera.

**CALDO DE LILEÁCEAS**

**Ingredientes**

- Cebolla; claras de huevo

**Elaboración**

Cortar las cebollas por la mitad pero sin pelarlas. Preparar la parrilla de carbón. Una vez que esté a fuego muy vivo asar las cebollas por la parte del corte. Una vez bien doradas, dar la vuelta, y dejar tostar hasta que empiecen a sudar. Tras unos 10 minutos levantar las lascas y una vez estén transparentes retirarlas sobre un bol.

Filmar bien e introducir en el horno a unos 50°C durante 1,5 horas. Tras este espacio de tiempo, retirarlas del horno y pelarlas, eliminando la piel quemada. La carne de cebolla pasarla por la licuadora y colarla a través de un colador. Dejar pasar por su propio peso. Dejar enfriar.

Por otro lado batir las claras en un bol energicamente, agregarlas sobre el caldo de cebolla y colocarlo al fuego muy bajo. Una vez que va a empezar a hervir, retirar del fuego. Pasar por un paño húmedo.

Al caldo de cebolla agregarle la pectina y calentarlo hasta 50°C. Reservarlo dentro de la nevera en una jarra sumergido en agua con hielo.

**HELADO DE PIMIENTA BLANCA**

**Ingredientes**

- 500 ml leche
- 150 g nata
- 3 g pimienta blanca
- 100 g azúcar
- 30 g glucosa atomizada
- 20 g azúcar invertido
- 25 g leche en polvo
- 25 g anticristalizante

**Elaboración**

Hervir la leche junto con la nata, retirar del fuego, verter la pimienta blanca, tapar y dejar infusionar durante 15 minutos. Colar. Añadir el resto de los ingredientes, poner a fuego y, sin parar de remover, elevar hasta los 84°C. Colar a un recipiente dispuesto sobre un bol con agua y hielos. Una vez frío montar en la heladora.

**PIMIENTA NEGRA**

**Ingredientes**

- 5 g pimienta negra "dentro de un molinillo"

**Elaboración**

Colocar la pimienta dentro de un molinillo.

**Acabado y presentación**

Colocar las frutas repartidas en 4 platos hondos. Agregar caldo de lileáceas hasta cubrir el fondo del plato. Sobre las mismas colocar una bola de helado con una cucharilla de café. Con el molinillo agregar un poco de pimienta negra.

