

# Yo aprendí, yo enseño



Risotto de remolacha y mousse de aguacate  
por Lara Yarmolchuk

📅 6 de julio    ⌚ 13:00 h    📍 tv.masterd.es

#FormaciónEnAbierto

**MD** ESCUELA DE  
HOSTELERÍA Y TURISMO

master.d<sup>TV</sup>

**MD**

ESCUELA DE  
**HOSTELERÍA  
Y TURISMO**

## RISOTTO DE REMOLACHA Y MOJAMA

**Autora:** Lara Yarmolchuk, Antigua alumna del Curso Superior de Cocina y Pastelería

### INGREDIENTES (Para 2 personas)

100 gramos de arroz arborio /u otro para el risotto

15 gramos de aceite de oliva

1 chalota

35 gramos de vino blanco

1-2 remolachas crudas o cocidas

400-450 ml de caldo de verdura/ pollo

60 gramos de queso parmesano

15 gramos de mantequilla 82-83% M.G.

60-80 gramos de mojama de atún

**Adorno:** tomillo limonero, salvia

Sal, pimienta negra



### ELABORACIÓN

- Verter el aceite de oliva en una sartén y agregar la chalota pelada y picada en corte brunoise, sofreír removiendo constantemente. Incorporar el arroz y calentarlo ligeramente. Necesitamos que el arroz esté transparente al inicio y luego blanco. En este punto, añadir el vino y dejar que se evapore. Añadir la remolacha, previamente picada en la picadora/batidora.
- A continuación, ir agregando el caldo caliente de poco a poco. (puede ser de pollo o vegetales). Mientras se cocina, remover con espátula o cuchara el arroz. ¡OJO! Ni el acero ni el acero inoxidable son adecuados. Será necesario, asegurarse de que parte del almidón salga de los granos y cree la base para la salsa, sin que se rompa el grano de arroz (debe permanecer intacto). Cocinar el arroz y, tras unos 18 minutos de cocción, los granos se agrandan y vuelven a ser transparentes en los bordes. El arroz estará listo cuando tenga un punto medio denso.
- Al final, agregar un trozo de mantequilla y retirar del fuego; remover hasta que se disuelva e incorporar el queso rallado y darle vueltas con cuidado para evitar que el queso se pegue en el fondo. Rectificar de sal si fuera necesario, pero, por lo general, con el queso y mojama queda bastante sabroso.
- Servir con mojama cortada en dados, parmesano y aceite de oliva, tomillo limonero y hojas de salvia frita (es opcional).

### **Observaciones:**

Si no conseguís este color rojo intenso: agregar, al final, Zumo de remolacha hervida.

El clásico arroz risotto se prepara en unos 30 minutos y se llama Parmigiana, por el nombre del queso y el sabor que nos da. El arroz debe ser un poco más denso, aún casi un poco húmedo, agradablemente, al dente, en una salsa sedosa y rica de color rojo.

## **MOUSSE DE AGUACATE Y CACAO**

### **INGREDIENTES** (Para 2 personas)

1 aguacate

1 plátano

1-2 cucharadas c/s de cacao

Hierba: albahaca, estragón.

Adorno: frutos rojos (cerezas), estragón, crujiente de almendras.

### **ELABORACIÓN**

Batir con la batidora todos os ingredientes.

Adornar. Servir fresquito.

