

LAS MEJORES
RECETAS
DEL PROGRAMA
DE **tve**

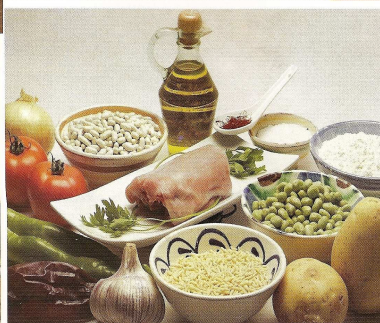
**IÑAKI DEL MORAL
Y SARA BRUN**

A QUÉ SABE ESPAÑA DIRECTO

Planeta

¿Y a qué sabe... ALMERÍA?

A... LOMITOS DE CONEJO CON GURULLOS

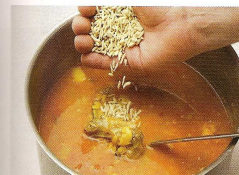


INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

- 1 conejo de 2 kg
- 2 tomates
- 150 g de habas frescas peladas
- 1 cebolla
- 1 pimiento verde
- 2 patatas medianas
- 150 g de judías blancas secas
- 3 dientes de ajo
- 1dl de aceite de oliva
- 2 ramitas de perejil
- 1 pimiento rojo seco
- 1,5 l de agua
- Azafrán
- Sal

PARA LA MASA (GURULLOS)

- 100 g de harina
- 4 cucharadas de aceite
- Sal
- Agua (la que admita)

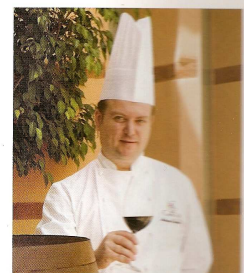


PREPARACIÓN

- Partimos los lomos, que van desde la última costilla hasta el comienzo del muslo del conejo, en forma de filetes y los reservamos. En un cazo cocemos las judías blancas, a fuego lento. Con el resto del conejo hacemos un guiso tradicional con todos los ingredientes anteriores: cebolla, pimiento verde, tomate, ajo, perejil y pimiento rojo seco.
- Para preparar los gurullos, mezclamos la harina de trigo con agua, aceite y sal, la amasamos y hacemos tiras largas con la mano. Las cortamos con la punta de los dedos dándoles forma de granos de arroz pero algo más largos.
- Añadimos las patatas partidas en cuadraditos, las judías y sal al sofrito de conejo y verduras. Lo cocemos todo durante 20 minutos más y, cuando falten 5 minutos para que estén hechas las patatas, añadimos los gurullos.
- Antonio Carmona es especialista en darles la vuelta a las recetas tradicionales. Rellenamos los lomos que hemos apartado antes con las alubias, las habas y un poquito de patata del caldo del guiso tradicional anterior, y los bridamos (los atamos). A continuación los doramos ligeramente en una sartén con aceite de oliva.
- Después metemos los lomos rellenos y atados en el caldo (colado) del guiso anterior y los dejamos cocer a una temperatura de 100°C durante 45 minutos.
- De todos los ingredientes que había en el primer guiso, apartamos solamente los gurullos para emplatar, y pasamos el caldo con el sofrito por la termomix para que quede tipo «salsa».

Trucos de Antonio

Antonio tiene un truco profesional para acortar el tiempo de cocción en el último paso: mete los lomos en una bolsa de cocción al vacío con un poco de caldo de gurullos y los cuece a 75°C durante 30 minutos.



Terraza Carmona

En la Terraza Carmona acompañan este complicado plato, además de con los gurullos y la salsa, con unos pimientos verdes asados y crujientes y un puré de pimientos rojos.

C/ del Mar, 1, Vera (Almería).

Tel. 950 390 760. www.terrazacarmona.com

