

# Platos de patatas



## ENSALADILLA RUSA

Ingredientes	Elaboración
<p><b>Para 4 personas</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 800 g patatas</li><li>• 1 huevo</li><li>• 1 zanahoria</li><li>• 8 langostinos</li><li>• 1 latita de guisantes</li><li>• 1 latita de bonito (natural o escabeche)</li><li>• 1 latita de pimientos rojos en tiras</li><li>• 1 envase pequeño de yemas de espárrago</li><li>• 1 latita aceitunas rellenas y/o aceitunas negras</li><li>• 2 pepinillos</li><li>• mayonesa light</li></ul>	<p><b>1°</b> En cazuela tapada cocemos en agua las patatas, el huevo y la zanahoria; tras 6 minutos de hervido, sacamos el huevo. Cuando las patatas lleven unos 30 minutos hirviendo, pinchamos con una aguja larga para ver si están y las vamos sacando del agua según comprobemos que están cocidas (estarán antes las más pequeñas).</p> <p><b>2°</b> En un cazo pequeño ponemos agua con un poco de sal; cuando hierva añadimos los langostinos congelados; en cuanto vuelva a hervir retiramos del fuego, tiramos el agua pasamos por agua fría, escurrimos, pelamos las colas y reservamos.</p> <p><b>3°</b> Cuando templen las patatas las pelamos y cortamos en cuadraditos. Pelamos la zanahoria y el huevo y los cortamos en trocitos. En una fuente con barandilla, ponemos patatas, zanahoria y huevo; agregamos guisantes, bonito (escurrido y troceado) y pepinillos cortaditos; mezclamos bien. No hay que añadir sal. Encima adornando, colocamos los espárragos, las colas de langostino, las tiras de pimiento rojo y las aceitunas.</p> <p><b>4°</b> Servimos la ensaladilla y aparte la mayonesa para que cada la añada a su gusto (frenando a los que se pasen).</p>



## PATATAS CON BACALAO

Ingredientes	Elaboración
<p><b>Para 4 personas</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 Kg de patatas</li><li>• 1 calabacín pequeño</li><li>• 250 g de bacalao</li><li>• 1 cebolleta</li><li>• 1 diente de ajo</li><li>• 1 ramita de perejil</li><li>• 1 litro de caldo de pescado (o agua y sal)</li><li>• 4 cucharadas de salsa de tomate</li><li>• 1 hoja de laurel</li><li>• azafrán</li><li>• aceite de oliva</li></ul>	<p><b>1º</b> Si compramos el bacalao seco salado hay que desalarlo 2 días antes, cambiando el agua 3 veces al día.</p> <p><b>2º</b> Pelamos las patatas y las troceamos en pequeños trozos irregulares, incrustando la hoja del cuchillo y arrancando hacia arriba (triscar).</p> <p><b>3º</b> Pelamos y cortamos en dados el calabacín. Cortamos el perejil en trocitos, y reservamos.</p> <p><b>4º</b> Pelamos y trituramos o picamos menudito ajo y cebolleta; en una cazuela antiadherente ponemos 4 cucharadas de aceite y sofreímos ajo y cebolleta 10 minutos; incorporamos las patatas y el calabacín y rehogamos otros 5 minutos revolviendo de vez en cuando; añadimos el perejil, la hoja de laurel, cubrimos las patatas con agua, añadimos un chorrito de vino blanco, la salsa de tomate y unas hebras de azafrán; tapamos y dejamos que hierva con borboteo suave unos 45 minutos; vigilamos y vamos reponiendo con agua el líquido evaporado.</p> <p><b>5º</b> Unos 5 minutos antes de terminar la cocción de las patatas añadimos los trozos de bacalao desalado y dejamos que se hagan. Antes de retirar del fuego, probamos para ver si las patatas están hechas y el punto de sal.</p>



## PATATAS CON BONITO (MARMITAKO)

Ingredientes	Elaboración
<p><b>Para 4 personas</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 Kg de patatas</li><li>• 1 rodaja grande o 2 pequeñas de bonito fresco</li><li>• 1 cebolla</li><li>• 1 diente de ajo</li><li>• ½ pimiento verde</li><li>• 1 pimiento choricero seco.</li><li>• 4 cucharadas de salsa de tomate</li><li>• 1 l caldo de pescado</li><li>• ½ vasito de vino blanco</li><li>• 1 hoja de laurel</li><li>• azafrán</li><li>• aceite de oliva</li></ul>	<p><b>1º</b> Ponemos 2 horas antes el pimiento choricero en agua templada y después rasamos su carne.</p> <p><b>2º</b> Quitamos piel, espinas y partes oscuras del bonito y cortamos su carne, una vez limpia, en cuadraditos.</p> <p><b>3º</b> Pelamos las patatas y las troceamos en pequeños trozos irregulares, incrustando la hoja del cuchillo y arrancando hacia arriba (triscar).</p> <p><b>4º</b> Pelamos y trituramos o picamos menudito cebolla, ajo y pimiento verde; en una cazuela antiadherente ponemos 4 cucharadas de aceite y sofreímos 10 minutos; incorporamos las patatas y rehogamos otros 3 minutos; añadimos la hoja de laurel, la salsa de tomate, unas hebras de azafrán, el vino y cubrimos las patatas con caldo de pescado; tapamos y dejamos que hierva con borbotoneo suave unos 45 minutos; vigilamos para reponer con agua el líquido que se absorba.</p> <p><b>5º</b> Unos 3 minutos antes de terminar la cocción de las patatas, añadimos los trozos de bonito y dejamos que se hagan. Antes de retirar del fuego, probamos para ver si las patatas están hechas y el punto de sal.</p>



## PATATAS CON COSTILLA

Ingredientes	Elaboración
<p><b>Para 4 personas</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 Kg de patatas</li><li>• ½ Kg costilla de cerdo adobada y troceada</li><li>• ½ cebolla</li><li>• 1 zanahoria</li><li>• 1 puerro</li><li>• 1 diente de ajo</li><li>• ½ pimiento verde</li><li>• 4 cucharadas de salsa de tomate</li><li>• 1 litro de caldo de carne o vegetal o agua con sal</li><li>• 1 hoja de laurel</li><li>• azafrán</li><li>• aceite de oliva</li></ul>	<p><b>1º</b> Pelamos y troceamos las patatas en pequeños trozos irregulares (incrustamos la hoja del cuchillo y arrancamos hacia arriba).</p> <p><b>2º</b> Pelamos, cortamos y trituramos con picadora o troceamos muy menudito, cebolla, zanahoria, puerro, ajo y pimiento verde.</p> <p><b>3º</b> En una cazuela amplia antiadherente ponemos 3-4 cucharadas de aceite y sofreímos 10 minutos las verduras picadas (2º).</p> <p><b>4º</b> Añadimos a este sofrito de verduras las patatas (1º) y la costilla troceada; revolvemos y sofreímos otros 8-10 minutos; a continuación añadimos caldo (o agua con ¼ pastilla de caldo o un poco de sal) hasta cubrir los ingredientes, la salsa de tomate, la hoja de laurel y el azafrán. Tapamos y dejamos cocer suavemente unos 45 minutos. Vamos reponiendo el líquido evaporado. Antes de retirar del fuego, probamos para ver si las patatas están hechas y el punto de sal.</p>



## PATATAS CON CALABACÍN, ALCACHOFAS, SETAS Y CHORIZO

Ingredientes	Elaboración
<p><b>Para 4 personas</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 kg de patatas</li><li>• 1 calabacín</li><li>• 8 corazones de alcachofa (congeladas)</li><li>• -200 g de setas</li><li>• 1 chorizo pequeño de guisar</li><li>• 1 cebolleta</li><li>• ½ puerro</li><li>• 1 diente de ajo</li><li>• 1 pimiento pequeño</li><li>• 4 cucharadas salsa de tomate</li><li>• harina y 2 huevos para rebozar</li><li>• 1 litro caldo vegetal o agua con sal</li><li>• aceite de oliva</li></ul>	<p><b>1º</b> Pelamos las patatas y las cortamos en rodajas de 1,5 cm de grosor. Pelamos el calabacín y le cortamos en rodajas de 3 cm; espolvoreamos un poco de sal.</p> <p><b>2º</b> En un plato batimos 2 huevos y en otro añadimos harina.</p> <p><b>3º</b> En una sartén calentamos aceite; pasamos las patatas por harina (por las dos caras) y huevo (damos vuelta con unas pinzas de cocina); las freímos por ambos lados y posamos en papel de cocina absorbente. Rebozamos y freímos igualmente las rodajas de calabacín y posamos igualmente en papel de cocina. Con otro papel de cocina pasamos por encima de las rodajas para eliminar bien el exceso de grasa. Reservamos.</p> <p><b>4º</b> Pelamos y trituramos con picadora cebolla, ajo, puerro y pimiento.</p> <p><b>5º</b> Aparte troceamos las setas y cortamos el chorizo en rodajas finas.</p> <p><b>6º</b> En una cazuela calentamos 4 cucharadas de aceite, añadimos el picadillo de (4º) y sofreímos 5 minutos; incorporamos las setas, las alcachofas descongeladas y el chorizo, y sofreímos otros 5 minutos; incorporamos las rodajas de patata y calabacín rebozadas (3º), añadimos el caldo hasta cubrir las patatas y la salsa de tomate; tapamos y dejamos cocer unos 40 minutos.</p>



## PATATAS CON SALMÓN Y ALMEJAS

Ingredientes	Elaboración
<p><b>Para 4 personas</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•1 kg patatas</li><li>•1 rodaja grande de salmón</li><li>•250 g almejas</li><li>•1 calabacín</li><li>•1 zanahoria</li><li>•1 puerro</li><li>•½ cebolla</li><li>•½ pimienta verde</li><li>•2 dientes de ajo</li><li>•1 rama de perejil fresco</li><li>•4 cucharadas salsa de tomate</li><li>•1 litro de caldo de pescado o agua con sal</li><li>•½ vasito de vino blanco</li><li>•Aceite de oliva</li></ul>	<p><b>1º</b> Quitamos piel y espinas al salmón y cortamos con cuchillo en trozos de bocado. Aparte ponemos las almejas a remojo 15 minutos en agua fría con sal.</p> <p><b>2º</b> Pelamos y cortamos el calabacín en dados y las patatas en trozos irregulares (incrustamos la hoja del cuchillo y arrancamos hacia arriba).</p> <p><b>3º</b> Pelamos y trituramos o picamos menudito, cebolla, zanahoria, puerro y pimienta.</p> <p><b>4º</b> En una cazuela calentamos 4 cucharadas de aceite y sofreímos 8-10 minutos las verduras (3º); seguidamente añadimos las patatas y el calabacín, y sofreímos 2 minutos más. Añadimos el caldo hasta cubrir las patatas, la salsa de tomate. Tapamos, hervimos suavemente unos 45 minutos y reponemos el agua que se absorba; probamos antes de retirar del fuego.</p> <p><b>5º</b> Pelamos los 2 dientes de ajo y los prensamos con prensa ajos. Con tijera, cortamos las hojitas de perejil en pequeño tamaño.</p> <p><b>6º</b> En una sartén ponemos 1 cucharada de aceite, añadimos los ajos hasta dorar, añadimos el perejil (a fuego bajo porque saltan), incorporamos las almejas y un chorrito de vino blanco; tapamos y en cuanto se abran las retiramos del fuego.</p> <p><b>7º</b> A falta de 3 minutos de cocción de las patatas, incorporamos el salmón y por último las almejas con su salsa.</p>



## PATATAS PARA GUARNICIÓN

Ingredientes	Elaboración
<p><b>Para 4 personas</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 patata pequeña/persona</li><li>• aceite de oliva</li><li>• sal</li></ul>	<p>Si queremos reforzar el valor energético de un plato de carne, pescado o huevo, podemos recurrir a una guarnición de arroz, patatas o pasta. Aquí vemos tres formas de preparar las patatas como alternativa a las fritas.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ <b>Patatas asadas al microondas:</b> Pinchamos cada patata 3 ó 4 veces con una aguja fina y las metemos al microondas; unos 3 minutos es suficiente para 1 ó 2 patatas pequeñas; el tiempo se incrementa si son mayores o más patatas. Envolvemos las patatas en papel de aluminio y las dejamos "sudar" 10 minutos; las pelamos, cortamos en rodajas y aliñamos con un hilo de aceite de oliva virgen y un toque de sal.</li><li>✓ <b>Patatas asadas al horno:</b> Cuando tengamos que asar mayor cantidad de patatas, usamos el horno tradicional en lugar del microondas. Metemos las patatas enteras al horno precalentado a 200° C y cuando al pincharlas entre fácilmente la aguja, las sacamos, pelamos, cortamos en rodajas y aliñamos.</li><li>✓ <b>Patatas cocidas:</b> las patatas se cuecen con la piel en agua durante unos 30 minutos (el tiempo depende del tamaño); pinchamos para saber si están; retiramos del fuego según vayan estando, las pelamos, troceamos y aliñamos.</li></ul>

