




Universidad  
Europea  
del Atlántico

## **Actividad de escandallo**

Parte 1

CURSO 2024/2025

		<b><u>2 pax</u></b>										
<b><u>Dorada a la Sal</u></b>		<b><u>Técnicas de envoltura</u></b>										
<table><tr><td><b>INGREDIENTES</b></td><td><b>PESOS</b></td></tr><tr><td><b>DORADA</b></td><td><b>1 und.</b></td></tr><tr><td><b>SAL GRUESA</b></td><td><b>c/s</b></td></tr><tr><td></td><td></td></tr><tr><td><b>Peso total</b></td><td><b>600 grs.</b></td></tr></table> <p><b>Para 2 rac.</b></p>		<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>	<b>DORADA</b>	<b>1 und.</b>	<b>SAL GRUESA</b>	<b>c/s</b>			<b>Peso total</b>	<b>600 grs.</b>	
<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>											
<b>DORADA</b>	<b>1 und.</b>											
<b>SAL GRUESA</b>	<b>c/s</b>											
<b>Peso total</b>	<b>600 grs.</b>											
<b><u>PREELABORACION</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Limpiar la dorada.</li><li>• Mezclar la sal con clara de huevo.</li><li>• Cubrir con bastante sal en una bandeja de horno, por debajo y por encima, evitar que entre sal en el interior.</li></ul> <b><u>MISE EN PLACE</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Introducir la sonda en el interior de la dorada y hornear a 150 grados hasta que el corazón de producto lleve a 65 grados.</li><li>• Retirar la capa de sal y servir.</li></ul>												
												

		<u><b>1 pax</b></u>																		
<u><b>Salmon en papillote</b></u>		<u><b>Técnicas de envoltura</b></u>																		
<table><tr><td><b>INGREDIENTES</b></td><td><b>PESOS</b></td></tr><tr><td><b>SALMON</b></td><td><b>200 grs.</b></td></tr><tr><td><b>ZANAHORIA</b></td><td><b>50 grs.</b></td></tr><tr><td><b>CEBOLLA</b></td><td><b>50 grs.</b></td></tr><tr><td><b>ESPARRAGOS TRIGUEROS</b></td><td><b>50 grs.</b></td></tr><tr><td><b>SAL</b></td><td><b>C/S</b></td></tr><tr><td><b>AOVE</b></td><td><b>C/S</b></td></tr><tr><td></td><td></td></tr><tr><td><b>Peso total</b></td><td><b>350 grs.</b></td></tr></table> <p><b>Para 2 rac.</b></p>		<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>	<b>SALMON</b>	<b>200 grs.</b>	<b>ZANAHORIA</b>	<b>50 grs.</b>	<b>CEBOLLA</b>	<b>50 grs.</b>	<b>ESPARRAGOS TRIGUEROS</b>	<b>50 grs.</b>	<b>SAL</b>	<b>C/S</b>	<b>AOVE</b>	<b>C/S</b>			<b>Peso total</b>	<b>350 grs.</b>	
<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>																			
<b>SALMON</b>	<b>200 grs.</b>																			
<b>ZANAHORIA</b>	<b>50 grs.</b>																			
<b>CEBOLLA</b>	<b>50 grs.</b>																			
<b>ESPARRAGOS TRIGUEROS</b>	<b>50 grs.</b>																			
<b>SAL</b>	<b>C/S</b>																			
<b>AOVE</b>	<b>C/S</b>																			
<b>Peso total</b>	<b>350 grs.</b>																			
<u><b>PREELABORACION</b></u> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Racionar el salmón.</b></li><li>• <b>Cortar la cebolla y la zanahoria en juliana</b></li><li>• <b>Limpiar los espárragos y cortar el tallo.</b></li></ul>																				
<u><b>MISE EN PLACE</b></u> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>En papel de horno o papel de aluminio, hacer una cama con las verduras, y salpimentar con un chorrito de aceite y poner el filete de salmón encima.</b></li><li>• <b>Cerrar la bolsa bien para que no se escapen los vapores y meter al horno a 150 grados entre 10/15 minutos.</b></li></ul>																				

		<u><b>1 pax</b></u>																						
<u><b>Merluza en salsa verde</b></u>		<u><b>Técnicas en salsa</b></u>																						
<table><tr><td><b>INGREDIENTES</b></td><td><b>PESOS</b></td></tr><tr><td><b>MERLUZA</b></td><td><b>200 grs.</b></td></tr><tr><td><b>AJO</b></td><td><b>50 grs.</b></td></tr><tr><td><b>PEREJIL</b></td><td><b>50 grs.</b></td></tr><tr><td><b>VINO BLANCO</b></td><td><b>C/S</b></td></tr><tr><td><b>HARINA</b></td><td><b>C/S.</b></td></tr><tr><td><b>ACEITE</b></td><td><b>C/S</b></td></tr><tr><td><b>HUEVO</b></td><td><b>1 und.</b></td></tr><tr><td><b>SAL</b></td><td><b>C/S</b></td></tr><tr><td></td><td></td></tr><tr><td><b>Peso total</b></td><td><b>300 grs.</b></td></tr></table>		<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>	<b>MERLUZA</b>	<b>200 grs.</b>	<b>AJO</b>	<b>50 grs.</b>	<b>PEREJIL</b>	<b>50 grs.</b>	<b>VINO BLANCO</b>	<b>C/S</b>	<b>HARINA</b>	<b>C/S.</b>	<b>ACEITE</b>	<b>C/S</b>	<b>HUEVO</b>	<b>1 und.</b>	<b>SAL</b>	<b>C/S</b>			<b>Peso total</b>	<b>300 grs.</b>	
<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>																							
<b>MERLUZA</b>	<b>200 grs.</b>																							
<b>AJO</b>	<b>50 grs.</b>																							
<b>PEREJIL</b>	<b>50 grs.</b>																							
<b>VINO BLANCO</b>	<b>C/S</b>																							
<b>HARINA</b>	<b>C/S.</b>																							
<b>ACEITE</b>	<b>C/S</b>																							
<b>HUEVO</b>	<b>1 und.</b>																							
<b>SAL</b>	<b>C/S</b>																							
<b>Peso total</b>	<b>300 grs.</b>																							
<b>Para 1 rac.</b>																								
<u><b>PREELABORACION</b></u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Racionar la merluza.</li><li>• Pelar y cortas en brunoise el ajo</li><li>• Limpiar y cortar en Chiffonade el perejil.</li></ul> <u><b>MISE EN PLACE</b></u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Colocar aceite y ajo en el sartén, cuando el ajo empiece a dorar añadir harina y rehogar, echar el vino blanco y los filetes de merluza.</li><li>• Cocinar la merluza y cocinar un huevo en la salsa, una vez cocinado todo apartar del fuego y añadir en perejil.</li></ul>																								

		<b><u>1 pax</u></b>																				
<b><u>Sepia en su tinta encebollada</u></b>		<b><u>Técnicas estofado</u></b>																				
<table><tr><th><b>INGREDIENTES</b></th><th><b>PESOS</b></th></tr><tr><td><b>SEPIA</b></td><td><b>500 grs.</b></td></tr><tr><td><b>AJO</b></td><td><b>50 grs.</b></td></tr><tr><td><b>CEBOLLA</b></td><td><b>200 grs.</b></td></tr><tr><td><b>VINO BLANCO</b></td><td><b>200 grs.</b></td></tr><tr><td><b>TINTA DE CALAMAR</b></td><td><b>C/S.</b></td></tr><tr><td><b>ACEITE</b></td><td><b>C/S</b></td></tr><tr><td><b>SAL</b></td><td><b>C/S</b></td></tr><tr><td></td><td></td></tr><tr><td><b>Peso total</b></td><td><b>300 grs.</b></td></tr></table>		<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>	<b>SEPIA</b>	<b>500 grs.</b>	<b>AJO</b>	<b>50 grs.</b>	<b>CEBOLLA</b>	<b>200 grs.</b>	<b>VINO BLANCO</b>	<b>200 grs.</b>	<b>TINTA DE CALAMAR</b>	<b>C/S.</b>	<b>ACEITE</b>	<b>C/S</b>	<b>SAL</b>	<b>C/S</b>			<b>Peso total</b>	<b>300 grs.</b>	
<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>																					
<b>SEPIA</b>	<b>500 grs.</b>																					
<b>AJO</b>	<b>50 grs.</b>																					
<b>CEBOLLA</b>	<b>200 grs.</b>																					
<b>VINO BLANCO</b>	<b>200 grs.</b>																					
<b>TINTA DE CALAMAR</b>	<b>C/S.</b>																					
<b>ACEITE</b>	<b>C/S</b>																					
<b>SAL</b>	<b>C/S</b>																					
<b>Peso total</b>	<b>300 grs.</b>																					
<b>Para 2/3 rac.</b>																						
<b><u>PREELABORACION</u></b>																						
<ul style="list-style-type: none"><li>• Limpiar y racionar la sepia.</li><li>• Pelar y cortar en brunoise el ajo</li><li>• Pelar y cortar en juliana la cebolla</li></ul>																						
<b><u>MISE EN PLACE</u></b>																						
<ul style="list-style-type: none"><li>• Caramelizar la cebolla con el ajo.</li><li>• Echar la sepia, marcar y añadir el vino blanco y la tinta de calamar, reducir</li></ul>																						
																						

## Tarta de queso

### **Tarta de queso Idiazabal**

**10 pax**

<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>
<b>QUESO CREMA</b>	<b>600 grs</b>
<b>QUESO IDIAZABAL</b>	<b>200 grs</b>
<b>NATA</b>	<b>600 grs</b>
<b>AZUCAR</b>	<b>150 grs</b>
<b>HUEVOS</b>	<b>7 und.</b>
<b>Peso total</b>	<b>2000 grs</b>


**Para 8/10 rac.**

- **Rallar el queso Idiazabal**
- **En la Thermomix poner los quesos, la nata y el azúcar. Triturarlo a velocidad media con una temperatura a 85°C**
- **Cuando llegue a la temperatura, añadir los huevos y seguir triturando hasta que vuelva a alcanzar la temperatura.**
- **Con cuidado verter al molde, forrado con papel de horno, sobre la base de galleta y mantequilla o no y hornear a 170°C durante 40 minutos. Dejar reposar en cámara por lo menos 2 horas, aunque es mejor dejarla de un día para otro.**




**Si te gusta menos echa dejás 30 minutos de horno.**

## Arroz seco

<u>ARROZ BLANCO</u>		<u>3 pax</u>
<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>	
<b>ARROZ BASMATI</b>	<b>300 grs</b>	
<b>AGUA</b>	<b>400 grs</b>	
<b>VINO BLANCO</b>	<b>100 grs</b>	
<b>AJO</b>	<b>3 un</b>	
<b>SAL</b>	<b>c/s</b>	
<b>Peso total</b>	<b>775 grs</b>	
<b>Para 3 rac.</b>		
<b><u>PREELABORACION</u></b>		
<ul style="list-style-type: none"><li><b><u>  </u> Pelar y cortar en brunoise el ajo.</b></li></ul>		
<b><u>MISE EN PLACE</u></b>		
<ul style="list-style-type: none"><li><b>Dorar el Ajo y añadir el arroz.</b></li><li><b>Añadir el vino blanco, evaporar el alcohol.</b></li><li><b>Añadir el agua y tapar 8´a fuego medio</b></li></ul>		
		


<u>ARROZ CON LECHE</u>		<u>4 pax</u>
<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>	
<b>ARROZ</b>	<b>100 grs</b>	
<b>NATA</b>	<b>200 grs</b>	
<b>LECHE</b>	<b>800 grs</b>	
<b>AZUCAR</b>	<b>100/150 grs</b>	
<b>CANELA EN RAMA</b>	<b>1/2 un</b>	
<b>NARANJA O LIMON PIEL</b>	<b>c/s</b>	
<b>Peso total</b>	<b>1,225gr s</b>	
<b>Para 346 RAC arroz</b>		
<b><u>PREELABORACION Y ELABORACION</u></b>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Poner la leche a cocer con los aromatizantes a utilizar</b></li><li>• <b>Cuando empiece a hervir añadir el arroz</b></li><li>• <b>Cocer lentamente 20 minutos.</b></li><li>• <b>Ahora añadir el azúcar, remover y cocer durante 5 minutos más.</b></li><li>• <b>Tener en cuenta que necesitaremos remover la preparación de vez en cuando para que no se pegue.</b></li><li>• <b>En este momento quitar con cuidado la canela</b></li></ul>		
<b><u>OBSERVACIONES:</u></b>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Una vez en su punto el arroz enfriarlo en un bol o en los recipientes donde se va a servir.</b></li><li>• <b>Se puede espolvorear canela molida en el último momento antes de pase al restaurante</b></li></ul>		







## Legumbres

		<u>4 pax</u>																					
<u>Garbanzos con ropa vieja</u>		<u>Fondo oscuro</u>																					
<table><tr><td><b>INGREDIENTES</b></td><td><b>PESOS</b></td></tr><tr><td><b>GARBANZOS</b></td><td><b>500 Kg.</b></td></tr><tr><td><b>CEBOLLA</b></td><td><b>100 grs</b></td></tr><tr><td><b>ZANAHORA</b></td><td><b>100 grs.</b></td></tr><tr><td><b>CARNE ZANCARRON</b></td><td><b>100 grs.</b></td></tr><tr><td><b>AJO</b></td><td><b>50 grs.</b></td></tr><tr><td><b>SAL</b></td><td><b>C/S</b></td></tr><tr><td><b>POLLO</b></td><td><b>100 grs.</b></td></tr><tr><td></td><td></td></tr><tr><td><b>Peso total</b></td><td><b>950 grs</b></td></tr></table>		<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>	<b>GARBANZOS</b>	<b>500 Kg.</b>	<b>CEBOLLA</b>	<b>100 grs</b>	<b>ZANAHORA</b>	<b>100 grs.</b>	<b>CARNE ZANCARRON</b>	<b>100 grs.</b>	<b>AJO</b>	<b>50 grs.</b>	<b>SAL</b>	<b>C/S</b>	<b>POLLO</b>	<b>100 grs.</b>			<b>Peso total</b>	<b>950 grs</b>		
<b>INGREDIENTES</b>	<b>PESOS</b>																						
<b>GARBANZOS</b>	<b>500 Kg.</b>																						
<b>CEBOLLA</b>	<b>100 grs</b>																						
<b>ZANAHORA</b>	<b>100 grs.</b>																						
<b>CARNE ZANCARRON</b>	<b>100 grs.</b>																						
<b>AJO</b>	<b>50 grs.</b>																						
<b>SAL</b>	<b>C/S</b>																						
<b>POLLO</b>	<b>100 grs.</b>																						
<b>Peso total</b>	<b>950 grs</b>																						
<b>Para 3/5</b>																							
<b><u>PREELABORAR</u></b>																							
Poner a remojo los garbanzos 12/24h antes de la cocción.																							
Pelar la zanahoria, la cebolla y ajo																							
<b><u>MISE EN PLACE</u></b>																							
Poner los garbanzos junto con el resto de ingredientes en la olla exprés, cuando empiece a hervir bajar el fuego y dejarlo tapados 30/45 minutos.																							
Una vez expulsado todo el vapor de la olla abrir con cuidado y servir.																							

	<b><u>4 pax</u></b>																				
<b><u>Lentejas con chorizo</u></b>	<b><u>Fondo oscuro</u></b>																				
<table> <tr> <th>INGREDIENTES</th><th>PESOS</th></tr> <tr> <td>LENTEJAS</td><td>500 Kg.</td></tr> <tr> <td>CEBOLLA</td><td>100 grs</td></tr> <tr> <td>ZANAHORA</td><td>100 grs.</td></tr> <tr> <td>CHORIZO</td><td>100 grs.</td></tr> <tr> <td>AJO</td><td>50 grs.</td></tr> <tr> <td>SAL</td><td>C/S</td></tr> <tr> <td>PIMENTÓN</td><td>C/S</td></tr> <tr> <td></td><td></td></tr> <tr> <td>Peso total</td><td>850 grs</td></tr> </table> <p><b>Para 3/5</b></p>	INGREDIENTES	PESOS	LENTEJAS	500 Kg.	CEBOLLA	100 grs	ZANAHORA	100 grs.	CHORIZO	100 grs.	AJO	50 grs.	SAL	C/S	PIMENTÓN	C/S			Peso total	850 grs	
INGREDIENTES	PESOS																				
LENTEJAS	500 Kg.																				
CEBOLLA	100 grs																				
ZANAHORA	100 grs.																				
CHORIZO	100 grs.																				
AJO	50 grs.																				
SAL	C/S																				
PIMENTÓN	C/S																				
Peso total	850 grs																				
<p><b><u>PREELABORAR</u></b></p> <p>Lavar las lentejas en agua fría. Pelar la zanahoria, la cebolla y ajo</p> <p><b><u>MISE EN PLACE</u></b></p> <p>Poner las lentejas junto con el resto de ingredientes en la olla exprés, cuando empiece a hervir bajar el fuego y dejarlo tapados 30/45 minutos. Cortar ajo en rodajas y freír en aceite, cuando este empezando a dorar sacar de fuero y añadir el pimentón remover y echarlo en el guiso. Cortar el chorizo en rodajas y servir.</p>																					
