



Institut d'Educació Secundària

---

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218



**IES GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

SÓLLER. 971 63 35 14

# **ROAD BOOK**

**Sopar 26 octubre. Poble Espanyol.**



Institut d'Educació Secundària

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

MENÚ

Pasta de fulls amb sobrassada
Cuixot Ibèric <i>1 peça</i>
Gaspatxo amb cruixents de cuixot
Amanida de cous cous
Cascada de gambes <i>600 gambes</i>
Orada amb tapenade <i>100 mitjes racions</i>
Rodaballo amb salsa de cava <i>100 mitjes racions</i>
Carré de xot amb costra d'olives <i>100 racions senceres</i>
<b>Postres 200 de cada</b>
Piràmide de fruita.
Pastís de Música
Duqueses amb fruites vermelles
Semi fred de cítrics
Cremadillos
Guarnicions mongetes, espinacs i patates

Telèfon cap de cuina OSCAR

691 103 038



Institut d'Educació Secundària

---

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

Aperitiu : Hojaldritos de sobressada i Jamón Serrano



Institut d'Educació Secundària

---

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

### Gazpacho andaluz

#### Ingredientes para 6 personas:

- 1/2 Kg. de miga de pan
- 1,5 Kg. de tomates rojos
- 125 c.c. de aceite de oliva
- 3 dientes de [ajo](#)
- 1/2 Kg. de pepinos
- 300 Grs. de cebolla picada
- 4 pimientos (picados en trozos menudos)
- 1,5 Lts. de agua fría o zumo de tomate
- Vinagre y sal al gusto.

#### Elaboración:

Se remoja la miga de pan hasta que esté tierna, en un recipiente se añaden los tomates troceados, los pimientos, los ajos, el pan, aceite, vinagre y sal. Si no caben todos a la vez se puede hacer por partes. Pasar por l turmix hasta obtener una mezcla homogénea. Luego pasar la mezcla por un xino ; añadiendo el agua fría o zumo de tomate progresivamente. Se sirve en cuencos, junto a la guarnición en una bandeja con cebolla, pimiento, pepino y tomate troceados muy menudamente, que añadirán los comensales según sus preferencias. Ocasionalmente, se puede añadir, como ingrediente en la bandeja, huevo duro.



Institut d'Educació Secundària

---

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

COUS COUS AMB TRAMPÓ



Institut d'Educació Secundària

---

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

---

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

Llubina amb tapenade amb salsa de fruites del bosc.

**Ingredients pera 10 persones.** 10 Llubines de 400grs en brut, filetetjades i desespinades.  
Oli , sal i llimona

**Per a la tapenade:** 200 gr d'olives negres sense pinyol. ,100 grs de filets d'anxoves desespinats.  
Una grapada de tàperes ,El suc d'una llimona ,1 cullerada de mostassa. ,4 cullerades de cognac. ,6 cullerades d'oli d'oliva.

**Per a la salsa** 300 grs de confitura de fruites del bosc ,300 grs d'aigua.

Elaboració:

Marcau dins una pella les llubines filetejadades i desespinades . Reservau-les.

Triturau tots els ingredients de la tapenade i untau un dels lloms de cada orada ( per l'interior) , i disposau l'altre llom per sobre. Acabau de coure al forn.

Reduiu els ingredients de la salsa fins a aconseguir la textura desitjada .

A l'hora de servir col·locau un llit de salsa dins el plat i a sobre l'orada.

---

**Variació Mostra de cuina**

**Ingredients pera 10 persones.**

10 orades de 400grs en brut, filetetjades i desespinades. Oli , sal i llimona

**Per a l'olivada:**

200 gr d'olives negres de Sóller trencades i sense pinyol. 100 grs de filets d'anxoves desespinats. Una grapada de tàperes .El suc d'una llimona .1 cullerada de mostassa.

4 cullerades de cognac. .6 cullerades d'oli d'oliva verge de Sóller .

**Per al cruixent:** 1 barra de pa pre-cuinada, i filetejada .

**Elaboració:** Marcau dins una pella les orades filetetjades , desespinades i assaonades . Reservar-ho per més envant. Triturau tots els ingredients de l'olivada fins a assolir una pasta cremosa que untarem sobre cada un dels bocins de peix, per la part de la carn , deixant la pell cap per avall. Embolicarem cada ració de peix amb una làmina fineta de pa, regarem amb oli d'oliva verge i ho enforarem a uns 180°C uns 10 minuts, fins que el pa agafi color. Guarnirem aquesta elaboració amb verduretes de temporada glasetjades i amb una salsa agre-dolça, per exemple de fraules.

**Tapenade d'olives negres ( variació del farciment)**

**Ingredients:** 300 grs d'olives negres, 6 xalotes, 3 cullerades de mel, 2 cullerades d'aceto balsàmic, 2 cullerades d'oli d'oliva verge. Sal i pebre bo.**Elaboració:** Poxau les xalotes amb un poc d'oli i les mesclau amb les olives; amb aquest dos ingredients fareu una pasta amb el turmix i li afegireu la resta d'elements



Institut d'Educació Secundària

---

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

---

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

## **RODABALLO CON SALSA DE CAVA.**

### **Ingredientes** para 4 personas:

8 filetes de rodaballo ,  
1 cebolla tierna o sofrito,  
1 vaso de caldo de pescado,  
El blanco de 4 puerros,  
2 ajos ,  
1 copa de cava,  
limón ,  
harina,  
Perejil picado,  
aceite de oliva,  
sal.

**Elaboración** : Picar muy fina la cebolla tierna, cortar en rodajas el blanco de los puerros y pocharlos todo en una sartén con aceite. Cuando esté un poco doradito, agregar el cava y dejar reducir un poco.

A continuación añadir el caldo de pescado y dejar reducir a fuego lento durante 20 minutos. Después , pasarlo por un pasapurés.

Aparte sazonar los filetes de pescado , enharinarlos y freírlos en una sartén con aceite y 2 dientes de ajo sin pelar ( marcarlos sobre una sartén . Servir la salsa en el fondo de una fuente y los filetes de rodaballo encima. Decorar con un limón y perejil picado.



Institut d'Educació Secundària

---

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

---

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

**CARRE DE XOT AMB COSTRA DE FINES HERBES.**

**Un carré per a 4-5 persones. Un bon manat de fines herbes picades. Sal i pebre bo. Oli. Pa rallat Cognac**

**Netejar el carré i marcar les peces amb un poc d'oli.Despres flametjar.**

**Apart mesclar el pa (500G) amb les herbes picades i lligar-ho amb oli d'oliva, fins a aconseguir una pasta untuosa.**

**Untar la carn amb les herbes i enfornar fins a total cocció. Per acabar es pot gratinar una mica.**

**Salsa espanyola.**

---

**Ingredients:**

Fondo oscur.  
Roux ros o purga.  
Aroma.

**Elaboració.**

Lligar el fondo oscur un cop colat i reduït amb el roux, aromatitzar i assaonar.





Institut d'Educació Secundària

---

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

---

Cascada de gambas

**Salsa mahonesa i salsa rosa.**

---

**Ingredients per a la Mahonesa/ Ingredients per a la Salsa Rosa**

1 Litre d'oli  
4 Rovells d'ou  
50 gr de mostassa  
Sal  
(Salsa rosa)  
Una cullerada de cognac  
50 gr de Ketchup  
Un esquitx de salsa Perrin's  
El suc d'una taronja

**Elaboració:**

Treure tots els ingredients de la gelera uns minuts abans per que tots tenguin la mateixa temperatura.

Dins un bol mesclau els rovells d'ou, la mostassa i la sal. Tot ho heu d'anar emulsionant amb l'oli, que afegirem a filet fi.

Un cop emulsionat tot, i en el cas de la salsa rosa afegirem la resta d'ingredients.

**DERIVADES:**

-Salsa Andaluza: Mahonesa con puré de tomate y guarnición de pimientos morrones picados.

-Salsa Tártara: Mahonesa con guarnición de pepinillos, alcaparras y finas hierbas, opcionalmente manzana.

-Salsa Tirolesa: Mahonesa atomatada y con guarnición de cebolla picada.

-Salsa Verde: Mahonesa con puré de espinacas



Institut d'Educació Secundària

### GUILLEM COLOM CASASNOVAS

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

## Cremadillos de Crema

Avui us propós una elaboració dolça, típica de les nostres Illes, bona de fer i que ofereix pel que fa al seu farciment ,multitud de variacions: farcits de crema pastissera, crema de rovell d'ou, confitures, fruites i tot embolicat amb una pasta de fulls cruixent i ben ensucrada.

**Ingredients per a la crema pastissera:**( per a fer uns 20-30 cremadillos del diàmetre de un tassó d'aigua) 1 litre de llet., 7 rovells d'ou, 200 grs de sucre, 100 grs de farina., Llimona , Canyella.

**Elaboració de la crema:** Posau la llet amb el sucre i els aromes a encalentir, i un cop bullida la deixau reposar fins que sigui tèbia. Apart, i dins un bol, posau els ous i la farina ( però no ho mescleu). Ara a poc a poc anau afegint la llet tèbia a la mescla d'ous i anau remenant amb suavitat, fins afegir tota la llet i obtenir una crema sense grums. Posau-ho tot sobre el foc i ho encalentiu ( no ha de bullir). Un cop espesa , deixau refredar la crema dins un recipient diferent del que hem emprat per cuinar-la.( Així acursam el temps de refredat).

**Ingredients per a la pasta de fulls:** 1 kilogram de farina, 5 dl ( 500grs) d'aigua, 50 grs de mantega, una cullerada de suc de llimona o vinagre i 950 grs de mantega.

**Elaboració:** Realitzar dues masses diferents : una amb tots els ingredients, menys els 950 grs de mantega i l'altre amb aquests 950 grs de greix. Ambdues elaboracions han de tenir la mateixa textura, es adir igual de fluixes un cop amassades. Estirau la massa d'aigua amb forma d'estrella de 4 puntes i embolicau amb ella la mantega feta un bloc. Estirau-ho amb suavitat fins aconseguir una massa rectangular d'un cm de cruixa i doblegau la massa sobre si mateixa en tres plecs. Deixau reposar uns 15 minuts. Llavors repetiu aquesta elaboració 3 vegades més. La darrera vegada ja la podeu deixar estirada ( ½ cm) per a tallar uns discs del diàmetre d'un tassó.

Posau aquests discs , d'un en un, sobre un paper alimentari ( parafina o estrassa) espolvoretjat de sucre i estirau-los ovalment amb l'ajud de l'aprimador. En el centre de la massa disposau-hi una cullerada de crema i doblegau les peces sobre si mateixes ( a de quedar mitja circumferència) . Pitjau una mica els cantons i enforneu-los a 200°C uns 10 minuts.

Notes:

- Per a elaborar la massa de mantega, convé que aquesta estigui a temperatura ambient i l'anirem esmicant amb les mans , per posteriorment formar un bloc amb ella.
- Convé mantenir sempre la taula ben enfarinada , per a evitar que s'ens aferri.
- A l'hora de fer els plecs evita que us quedin bimbolles d'aire.
- El fet de deixar reposar la massa afavoreix la seva elaboració.
- Admet multitud de tipus de farciments, cremes de rovell d'ou, confitures, melmelades , cabell d'angel, etc.
- També es pot optar per a emprar una massa preelaborada, sempre en detriment del resultat final.



Institut d'Educació Secundària

---

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

**Cremadillos de Crema:**

**Ingredients:**

Pasta de fulls.

Crema pastissera: (1 litre de llet., 7 rovells d'ou, 200 grs de sucre, 100 grs de farina., llimona i/o canyella.)

Elaboració:

Elaborar de forma habitual la pasta de fulls i la crema pastissera.

Tallar uns discs de la pasta de fulls ( la pasta de fulls a d'esser fineta +/- 0,5 cm) i estirar-los ovalment sobre un paper amb sucre.

Omplir amb la crema i doblegar, però sense fer coincidir els costats.

Enfornar a foc fort un 5-10 minuts



Institut d'Educació Secundària

---

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

## **PASTEL DE MÚSICO**

INGREDIENTES: 300 gramos de hojaldre

Para la cobertura: 35 gramos de azúcar

25 gramos de mantequilla

65 gramos de almendra en polvo

1 huevo

Frutos secos: almendra fileteada

piñones

nueces partidas

pistachos

500 gramos de crema pastelera,

### ELABORACION:

Estirar el hojaldre para poder sacar de él 6 círculos de unos 10 centímetros de diámetro. Cortar los círculos con un cortapastas rizado y reservar.

Para hacer la cobertura del hojaldre, mezclar la mantequilla hecha pomada con el azúcar y la almendra, batir bien y agregar el huevo.

Untar la superficie de los círculos de hojaldre con esta mezcla de mantequilla y pegar sobre ésta la mezcla de frutos secos.

Cocer las piezas al horno a 190% con más calor arriba que abajo.

Una vez cocidos y fríos, rellenarlos con la crema pastelera y tostarla con una pala caliente. Finalmente, lustrar las piezas con azúcar en polvo.

NOTA: Si al preparar la mezcla de la cobertura queda demasiado líquida, añadirle un poco más de almendra en polvo y un poco más de azúcar.



Institut d'Educació Secundària

---

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

## **DUQUESAS**

### **DUQUESAS**

#### **Ingredientes:**

##### **Para la pasta:**

- **400 g de azúcar**
- **200 g de manteca**
- **200 g de mantequilla**
- **200 g de agua**
- **raspadura de limón y un poco de canela**

##### **Para el relleno:**

- **½ kg de requesón**
- **150 g de azúcar**
- **9 huevos raspaduras de limón y canela**

#### **Elaboración:**

**Preparar y amasar los ingredientes de la masa i forrar los moldes.**

**Preparar el relleno poniendo en un recipiente de bordes altos el requesón, el azúcar, el limón y la canela.**

**Con el turmix remover estos ingredientes, echando los huevos de dos en dos y dejando pasar unos segundos entre unos y otros.**

**Llenar las duquesas y hornear a 180 grados.**



Institut d'Educació Secundària

---

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

➤ **Semifred de cítrics** *48 pax. Motlle acetat 65 x 45 mm aprox*

Base de bescuit

500 g suc de taronja (sense colar)

250 g suc de llimona

560 g merengue 2x3 (2 clares x 3 sucre)

38 g fulls de gelatina

1400 g nata semi muntada

Dissoldre els fulls de gelatina hidratades en una part de la mescla del suc.

Afegir la resta dels suc.

Mesclar els suc amb la merengue

Afegir finalment la nata semi muntada.

Muntar el pastis, posar la base de bescuit emborratxat, col·locar marc i escudillar amb el semifred i deixar ben pla, reservar a la gelera fins que qualli.

Preparar un glacejat amb suc de taronja i llimona i gelatina i cobrir el semifred.

Congelar.



Institut d'Educació Secundària

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

<u>DILLUNS</u>	<u>DIMARTS</u>	<u>DIMECRES</u>	<u>DIJOUS</u>	<u>DIVENDRES</u>
<p>Acabar rebosteria ( sino està) ( Duqueses i semi freds) <b>responsable Miquel</b></p> <p>Acabar hojaldritos ( sino està) <b>responsable Enric</b></p>	<p><b>Responsable Juanan</b></p> <p>*Fondo oscuro concentrat * Fer tapenade</p>	<p><b>Responsables tots</b></p> <p>*Netejar espinacs , arreglar mongetes, arreglar bacó * Pelar patates *Crema pastissera i envasada al buit *Arreglar fruits secs (pelar avellanes) i envasar al buit *Picar fines herbes i fer pasta amb pa rallat , oli , sal ( envasar al buit) *Beixamel 5 litres</p>	<p>A l'IES</p> <p>Guarnicions Responsable <b>Lluisa, Miquel, Enric</b></p> <p>* Croquetes d'espínacs (generoses d'espínacs) +/- 300 unitats * Floquets de mongetes amb bacó +/- 300 unitats *Pelar patates i tallar a cantons (1 sac) * Coure peces hojaldre pastís de músic *Tallar cuixot</p> <p><b>Al Poble Espanyol</b></p> <p><b>Responsables Juanan i Biel</b></p> <p>*Netejar peix i filetejar *Netejar carn i marinar *Fer fumet salsa rodaballo *Netejar verdures gazpaxo i cous cous *Bollir gambes ( i pelar)</p>	<p><b>Al Poble Espanyol Juanan i Biel i la resta quan puguin s'incorporen a la feina</b></p> <p>ATENCIÓ <u>Recollir del centre :</u></p> <p>Hojaldres sobressada, Cuixot, Tapenade, Fondo Oscuro, Mongetes, Patates, Espínacs, hojaldres músic, semi frio, duqueses, cremadillos, crema pastissera, fruits secs</p> <p><b>Al Poble Espanyol</b> Acabar el que manca i preparar servei. *Fer gaspatxo *Coure carn i peix *Fer salsa espanyola, salses gambes, salsa rodaballo *Coure pastes de fulls *Acabar guarnicions</p>



Institut d'Educació Secundària

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

**LLISTA DE COMPRA**

JUANAN	BIEL	Enric	Juanan Makro	Juanan Makro
LA UNION 971272424  * 2 q. de pistatxos *1 q. d'ametlles *1q. d'avallanes *1 q. de pinyons *1 pot de puré d'aràndanos cong. *1 pot de puré cireres cong.	Aurki  *1 cuixot ibèric *40 llubines de 600 grs+/- *30 rodaballos d'1q.+/- *20 carré d xot de 1,5/2q +/- *650 gambes  Karta  * 100 copes plàstic	Sobrassada	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nata 12 litres</li><li>• Cava 4 botelles</li><li>• Oli d'oliva 5 barrals</li><li>• Verdures gaspatxo</li><li>• Verdures cous –cous (trampó)</li><li>• Suc de tomàtiga 6 litres</li><li>• Cous-cous 4 q.</li><li>• Olives Negres 2 q.</li><li>• Ous 10 dotzenes</li><li>• Tàperes 500 grs</li><li>• Anxoves 500 grs</li><li>• Cognac 1 botella</li><li>• Fines Herbes ( abundants)</li><li>• Pa Rallat 3 q.</li><li>• Brossat 3 q.</li><li>• Llet 2 caixes</li><li>• Ossos fondo oscuro i verdures fondo oscuro</li><li>• Espinacs ( abundants)</li><li>• Mongetes( abundants)</li><li>• Patates ( 1 sac 25 q.)</li><li>• Bacó una peça sencera</li><li>• Mantega 2 q.</li><li>• Alls</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cebes tendres</li><li>• Mostassa 1 pot</li><li>• Ketchup1 pot</li><li>• Tajonges ( 1 q.)77</li><li>• Maonesa ( 8 kilograms)</li><li>• Sal i pimienta negra</li><li>• Fruita piràmide</li><li>• Llimones ( 2 q)</li><li>• Mantega</li><li>• Nou moscada</li><li>• Pa bimbo</li><li>• Porros</li><li>• Tabasco</li><li>• Perrins</li><li>• Vi negre i vi blanc</li><li>• Fonoll</li><li>• Pastanagues</li><li>•</li></ul>





Institut d'Educació Secundària

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

---

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

Material cena en el Pueblo Español instituto de sóller.

De: **Juan Antonio Fernandez Vila** (parlemdecuina@hotmail.com)

Enviado: lunes, 08 de octubre de 2007 21:21:30

Para: tonyboehmer@gmail.com (tonyboehmer@gmail.com); parlemdecuina@hotmail.com (parlemdecuina@hotmail.com)

Buenos dias adjunto le enviamos la lista de material que necesitamos para la cena.

**Aperitivos:**

En plato llano.

**Gazpacho:**

Boles crema (200 unidades)

Recipientes para poner sobre el bufet 2 unidades (para poner el hielo picado y dentro los boles de gazpacho)

Boles servicio gazpacho 8 unidades

**Cous-Cous:**

8 ensaladeras cristal o inox (para poner sobre el buffet)

**Lubina:**

Rechaud 2 unidades (uno para cada mesa de buffet)

Bandejas gastronorm 10 unidades. (GN 1/1)

**Rodaballo:**

Rechaud 2 unidades ( uno para cada mesa de buffet)

Bandejas gastronorm 10 unidades. (GN 1/1)

**Cordero:**

Rechaud 2 unidades ( uno para cada mesa de buffet)

Bandejas gastronorm 10 unidades. (GN 1/1)

**Guarniciones:**

Gazpacho: boles cristal pequeños 10 unidades

Judías: Rechaud 2 unidades ( uno para cada mesa de buffet) i bandejas gastronorm 5 unidades ( GN 1/1)

Espinacas: Rechaud 2 unidades ( uno para cada mesa de buffet) i bandejas gastronorm 5 unidades ( GN 1/1)

Patatas: Rechaud 2 unidades ( uno para cada mesa de buffet) i bandejas gastronorm 5 unidades ( GN 1/1)

**Salsa carne:**

Rechaud para salsa o sopa ( para mantener caliente) 2 unidades

**Postres:**

Bandejas servicio grandes inox, cristal o plata 9 unidades

**Varios:**

Espátulas servicio 20 unidades

Cucharones servicio 8 unidades

Salseras para salsa cascada de gambas 10 unidades

Saludos

Atte

Juan Antonio



Institut d'Educació Secundària

**GUILLEM COLOM CASASNOVAS**

---

Codi Centre: 07007917  
Avda. Juli Ramis, 34  
07100 - Sóller (Balears)  
T.:971633514 F.: 971633218

**NOTES I APUNTS:**