

Aves y Caza

- Caldillo de Conejo
- Codornices en Salsa
- Codornices con Pochas
- Conejo al Coñac
- Conejo con Ali-Olí
- Conejo con Caracoles
- Conejo con Patatas al Ajo
- Gallina en Pepitoria
- Muslos de Pavo Estofado
- Pato a la Gallega
- Pato a la Naranja
- Perdiz con Chocolate
- Perdiz con Coles
- Perdices Estofadas
- Pollo a la Cerveza
- Pollo al Curry
- Pollo al Chilindrón
- Pollo con Guisantes
- Pollo al Jerez
- Redondo de Pavo
- Caracoles a la Vizcaína
- Guisado de Caracoles



 **Magefesa**®

CARNES DE AVES

Normalmente se considera que la carne de ave es más insípida que la de los mamíferos, aunque en realidad se trata de una carne muy apreciada por los consumidores porque no tiene un aroma muy pronunciado, tolerándose la bien.

La composición y el valor nutritivo de la carne de las aves es una carne de gran importancia nutritiva debido sobre todo a su elevado contenido en proteínas. La carne de ave es muy digestible y fácilmente asimilable, por lo que representa un alimento muy recomendable para niños y personas con el estómago delicado. En cuanto a su contenido graso, menor que el de los animales de abasto. También es variable el contenido graso de las diferentes piezas cárnicas; la carne de la pechuga contiene menos grasa que la del muslo, razón por que es más seca que éste.

La carne de ave supone una apreciable fuente de vitaminas, en especial de vitaminas del grupo B como B1, B2 y B6. En cuanto a los minerales, destacan principalmente hierro, potasio, magnesio, zinc y fósforo. Este aporte de vitaminas y minerales hace de la carne de ave una fuente importante de estos nutrientes, especialmente indicada para las personas ancianas y convalecientes, ya que resulta fácil de masticar y digerir.

CARNES DE CAZA

Para muchos, las carnes de caza constituyen la parte más sabrosa de todo el repertorio de carnes con que puede cocinarse.

Generalmente, la carne de caza se come sólo en salsa, puesto que los animales de caza suelen ser muy magros (sin grasa), salvo algunas excepciones como las codornices de septiembre.

Rara vez la carne de este tipo se presta a ser asada.

Las carnes de caza se cocinan fácil y rápidamente en la Olla MAGEFESA, conservando sus aromas de origen y los que se quieran añadir.

Esto es posible gracias al sistema de cocción, herméticamente cerrado, de la Olla MAGEFESA.




Magefesa

10

 MINUTOS

CALDILLO DE CONEJO

INGREDIENTES

- 1 conejo
- 2 dientes de ajo
- Pimienta
- Aceite
- Vinagre a discreción
- Azafran a discreción
- 100 grs. de manteca
- 1 huevo cocido
- 1 vaso de agua

Rehogamos en manteca los trozos de conejo en la Olla, añadimos un vaso de agua. Cerramos y le damos una cocción de 10 minutos.

Terminados estos, descomprimos y abrimos.

En un mortero, se maja el hígado del conejo, sin hiel, con la yema de huevo cocido, azafrán y el ajo.

Cuando se haya hecho una pasta suave, le vamos añadiendo aceite poco a poco y se va removiendo como si se estuviese haciendo una mahonesa.

Añadimos un poco de pimienta.

Esta salsa la incorporamos por encima de los trozos del conejo, adornándolo con la clara de huevo muy finamente picado.

8

 MINUTOS

CODORNICES EN SALSA

INGREDIENTES

- 8 codornices
- 1 zanahoria
- 1 cebolla
- 1 ramita tomillo
- 1 tomate picado en dados
- 1 carcasa de pollo
- 1 vaso de vino blanco
- Pimienta
- 100 c.c. de aceite
- 1 taza de agua caliente

Limpiamos bien las codornices, guardando los hígados y el corazón.

Ponemos en la Olla el aceite, y sazonamos con sal y pimienta las codornices, una vez caliente el aceite las incorporamos.

Añadimos la cebolla, el tomate, la zanahoria, y el tomillo, dejamos que tome color y añadimos el vaso de vino blanco, la carcasa de pollo y dejamos hervir.

Añadimos la taza de agua, cerramos la Olla y contamos el tiempo indicado.

Pasado el tiempo dejamos que salga todo el vapor y abrimos, retiramos las codornices y la carcasa del pollo, con la salsa que nos queda la batimos bien, en la batidora o la pasamos por un pasapurés MAGEFESA, sazonamos y lo juntamos a las codornices.

14

 MINUTOS

CODORNICES CON POCHAS

INGREDIENTES

- 4 codornices
- 500 grs. pochas
- 1 cebolla grande
- 100 grs. de manteca de cerdo
- 1 hueso de jamón
- 3 tomates maduros
- 2 dientes de ajo
- 1/2 cucharadita de azúcar
- sal

Limpiamos bien la codornices, vaciarlas y flamearlas, las ponemos por fuera y por dentro un poco de sal.

Ponemos a cocer en la Olla las pochas con agua, junto con el ajo y el hueso de jamón y una pizca de sal. Cerramos la Olla y le damos una cocción de 10 minutos.

Mientras en la sartén ponemos la manteca y doramos bien las codornices por todos los lados.

Preparamos un sofrito con la cebolla, cuando empiece a dorarse incorporamos los tomates picados y sin semillas, la media cucharadita de azúcar y sazonamos la salsa.

Una vez cocidas la pochas abrimos la Olla y añadimos las codornices y el refrito de cebolla y tomate.

Volvemos a cerrar y le damos una cocción 4 minutos.

10

 MINUTOS

CONEJO AL COÑAC

INGREDIENTES

- 1 conejo
- 1 copa de coñac
- 1 cebolla
- Mantequilla
- Aceite
- Agua o caldo
- Pimienta

Ponemos el conejo en adobo el día anterior, partido en trozos regulares.

Ponemos en la Olla la mantequilla o aceite al gusto, incorporamos los trozos de conejo y los doramos, cuando estén a medio dorarse, le añadimos la cebolla picadita, la copa de coñac, el agua o caldo y la pimienta.

Cerramos la Olla dejamos contamos el tiempo indicado en la receta.

Pasado este dejamos descomprimimos y abrimos. Sacamos los trozos del conejo a una fuente.

Con lo que nos queda en la Olla, lo pasamos todo por un pasapuré, y lo incorporamos por encima.

12

 MINUTOS

CONEJO CON ALI-OLI

INGREDIENTES

- 1 kg. de conejo troceado
- 1 vaso de vino blanco
- 2 dientes de ajo
- Agua
- Aceite
- Sal

Ponemos en la Olla, aceite, el ajo bien picadito y los trozos de conejo, salpimentamos y rehogamos bien, hasta que de doren.

Añadimos el vaso de vino blanco, lo cubrimos con agua, cerramos la Olla y dejamos cocer el tiempo indicado.

Pasado el tiempo, dejamos que salga todo el vapor y abrimos.

A parte preparamos la salsa Ali-olí (ver salsas).

Sacamos los trozos de conejo de la Olla, lo incorporamos a una fuente y lo acompañamos con la salsa de Ali-olí.



16

 MINUTOS

CONEJO CON CARACOLES

INGREDIENTES

- 750 grs. de conejo
- 2 docenas de caracoles
- 100 grs. de cebolla
- 100 grs. de puré de tomate
- Hierbas aromáticas
- 100 c.c. de aceite
- 1 copa de vino rancio seco
- 1 copita de anís
- 2 dientes de ajo
- 50 grs. de piñones
- 12 almendras
- 2 galletas Maria
- 1 vaso de agua
- Perejil
- Azafrán
- Especias

Una vez bien limpios y purgados y agua fría hasta que asoman la cabeza, se cuecen los caracoles en la Olla.

Entonces ponemos la Olla al fuego, contamos 6 minutos. Se reservan. Troceamos el conejo, lo pasamos por harina y los doramos en la Olla.

Se reserva el hígado. Cuando vemos que esta doradito le añadimos la cebolla muy picadita, las hierbas aromáticas, el tomate, el vaso de vino, el agua y la copa de anís.

Cerramos nuevamente la Olla y damos Otra cocción de 10 minutos. Aparte en un mortero, hacemos un majado de azafrán, las galletas, el ajo, piñones, almendras y perejil.

Freímos el hígado del conejo y lo machacamos junto con lo anterior. Mezclamos con un poco de la salsa del conejo y lo incorporamos a los caracoles.

Unimos los caracoles y el conejo y les damos un hervor.

12 MINUTOS

CONEJO CON PATATAS AL AJO

INGREDIENTES

- 1 kg. de conejo
- 100 c.c. de aceite
- 250 grs. de patatas peladas
- 100 grs. de cebolla
- 2 pimientos rojos
- 100 grs. de puré de tomate espeso
- Laurel
- Azafrán
- Cominos
- 2 dientes de ajo
- Agua

Rehogamos muy bien en la Olla el conejo troceado en el aceite con los ajos.

Cuando este apunto, añadimos las patatas mondadas, limpias y troceadas, y el pimiento igualmente troceado.

Sofreímos un poco y añadimos la salsa de tomate, las especias y un vaso de agua.

Cerramos la Olla, dejamos cocer el tiempo indicado en la receta. Pasado el tiempo, dejamos que salga todo el vapor de forma natural y abrimos.

Sacamos y servimos.



15 MINUTOS

GALLINA EN PEPITORIA

INGREDIENTES

- 1 kg. de gallina
- 100 c.c. de aceite de oliva o 100 grs. de manteca de cerdo
- 50 grs. de jamón en trozos
- 200 grs. de cebolla
- 2 dientes de ajo
- 1 cucharada de harina
- 1 vaso de vino blanco seco
- 1 vaso de caldo
- Sal, pimienta, clavo, nuez moscada y azafrán
- 12 almendras tostadas
- 2 yemas de huevo cocido
- Hierbas aromáticas

Doramos la gallina troceada en una sartén, junto con la cebolla el jamón y los ajos. Añadimos las hierbas aromáticas y las especias.

Cuando la cebolla empiece a dorarse retiramos los trozos de gallina y del jamón, pasándolo a la Olla. Lo que nos queda en la sartén los pasamos por un después y lo añadimos a la Olla junto con el vaso de vino y el caldo.

Cerramos la Olla, le damos la cocción indicada en la receta, cuando el tiempo haya transcurrido, dejamos descomprimir y abrimos.

Para terminar el plato se majan en un mortero las almendras tostadas y las 2 yemas de huevo cocido, añadimos un poco de salsa de la cocción anterior y lo pasamos por un después.

Ponemos la gallina con su salsa en una fuente y le añadimos por encima las almendras.

10 MINUTOS

MUSLOS DE PAVO ESTOFADO

INGREDIENTES

- 4 muslos de pavo
- 2 puerros
- 1 tomate
- 2 zanahorias
- 1 pimiento verde
- 1 cebolla
- 1 vaso de vino blanco
- Aceite
- Agua
- Mantequilla
- Ciruelas pasas

Limpiamos y picamos los puerros, el tomate, la zanahoria, el pimiento verde y la cebolla.

Ponemos la Olla con aceite y incorporamos todas las verduras, las pochamos, una vez pochadas añadimos los muslos de pavo, vertemos el vino blanco, dejamos que reduzca y los cubrimos con agua y sal.

Cerramos la Olla le damos la cocción indicada en la receta, terminado el tiempo de cocción descomprimos y abrimos.

Retiramos el pavo y lo colocamos en una fuente. La salsa la pasamos por un pasapuré.

Las ciruelas las salteamos con la mantequilla y las incorporamos junto con la salsa alrededor del pavo.

15 MINUTOS

PATO A LA GALLEGA

INGREDIENTES

- 1 kg. de pato troceado
- 100 grs. cebolla
- 100 grs. de nabitos
- 100 grs. de zanahoria
- 150 grs. de castañas
- 50 grs. de manteca de cerdo
- 50 grs. de tocino
- 1 vaso de vino blanco seco aromático
- 1 copita de anís
- Hierbas aromáticas
- 1 vaso de agua

Doramos el pato bien dorado.

Añadimos la cebolla, los nabos, la zanahoria, las hierbas aromáticas, las castañas, el vino blanco, el anís y el vaso de agua.

Cerramos y esperamos que comience a salir vapor por la válvula y contamos el tiempo indicado en la receta.

Descomprimos bien abrimos, sacamos las castañas y los nabos y lo que queda lo pasamos por un pasapuré MAGEFESA.

Con los nabos y las castañas rodeamos al pato y todo deberá estar cubierto con la salsa obtenida.

35

 MINUTOS

PATO A LA NARANJA

INGREDIENTES

- 1 pato
- Aceite
- Mantequilla
- 1 cebolla
- 1 zanahoria
- Apio
- Romero
- 1/2 kilo de naranjas
- 1 limón
- Sal
- Pimienta

Limpiamos perfectamente el pato y lo atamos para que conserve su forma.

Ponemos en la Olla, la mantequilla, la cebolla y la zanahoria, el apio picado en rodajas y el romero, dejamos pochar.

Incorporamos el pato dejamos que se dore y, añadimos el zumo de las naranjas y de medio limón.

Las cortezas de las naranjas las cortamos en 4 cachos quitándoles en blanco, las incorporamos a la Olla y cerramos.

Dejamos cocer durante el tiempo indicado, pasado este, descomprimos y abrimos.

Sacamos el pato, colamos la salsa y servimos.

7

 MINUTOS

PERDIZ CON CHOCOLATE

INGREDIENTES

- 2 perdices
- 12 cebollas de la reina
- 1 onza de chocolate
- 50 c.c. de aceite
- 2 dientes de ajo
- Laurel
- Tomillo
- Clavo
- 1 vaso de vino tinto seco
- Vinagre

Las perdices bien limpias y atadas, se doran en el aceite en la misma Olla. Una vez doradas, ponemos en la Olla los aromas y el vaso de vino.

Cerramos la Olla, contamos el tiempo indicado en la receta.

Pasado el tiempo, sacamos las perdices y, se deshaga el chocolate en la salsa que ha quedado.

La cebolla la pochamos bien pochadita aparte, mientras se están haciendo las perdices.

Al final se reúne todo, le damos un pequeño hervor, y comprobamos el punto de sal y aromas.



10

 MINUTOS

PERDIZ CON COLES

INGREDIENTES

- 2 perdices
- 100 grs. de puré de tomate
- 100 grs. de cebolla
- 2 dientes de ajo
- 1 vaso de vino tinto
- 100 c.c. de aceite
- 1 cucharada de harina
- Sal
- Canela
- Pimentón
- 1 vaso de agua
- 400 grs. de hoja de berza muy limpia

Rehogamos muy bien en la Olla las perdices. En la grasa que nos queda hacemos el sofrito de cebolla, ajo, tomate, pimentón y canela.

Ponemos en este refrito las perdices rehogadas y añadimos el vino y el vaso de agua.

Cerramos la Olla dejamos cocer durante tiempo indicado. Pasado este podemos decir que las perdices ya están hechas.

Las hojas de berza pueden estar de antemano cocidas en la Olla durante 5 minutos.

Cuando están cocidas las cortamos en buenos trozos, las pasamos por harina y la freímos.

Las colocamos por encima de las perdices en la Olla y las dejamos unos minutos al fuego.

6

 MINUTOS

PERDICES ESTOFADAS

INGREDIENTES

- 2 perdices
- 2 dientes de ajo
- 100 grs. de cebolla
- Pimienta
- Laurel
- Vinagre
- 100 grs. de tocino
- 1 vaso de agua

Doramos en grasa la cebolla, los ajos y las perdices. Cuando están ya doradas, añadimos un poco de vinagre, y el vaso de agua, la pimienta y el laurel.

Cerramos la Olla, le damos la cocción indicada en la receta.

Pasado el tiempo dejamos que salga todo el vapor y abrimos, retiramos las perdices, y con el líquido que nos queda la en la Olla, lo pasamos por un pasapurés MAGEFESA, que nos dará una salsa para acompañar a las perdices.

9

MINUTOS

POLLO A LA CEBEZA

INGREDIENTES

- 1 pollo
- 2 cebollas cortadas tipo juliana
- 2 cerbezas de 1/3
- Sal
- Pimienta
- 4 cucharadas de aceite
- 1 cucharada de harina

Cortamos el pollo en 4 trozos (2 pechugas y 2 muslos).

Ponemos en la Olla el aceite y la cebolla, dejamos que vaya cogiendo color. Sazonamos el pollo, lo pasamos por harina y le añadimos la cebolla, y le damos una vueltas.

Añadimos la harina un poco de pimienta y las cervezas, dejamos hervir. Cerramos la Olla de damos la cocción indicada.

Dejamos descomprimir correctamente y abrimos, listo para servir.

13

MINUTOS

POLLO AL CURRY

INGREDIENTES

- 1 pollo
- 1 Cucharada de curry en polvo
- 1 cucharada de harina
- 1 vaso de vino tinto
- 1 cebolla
- 1 manzana
- 1 yema de huevo
- 1/2 litro de caldo de pollo
- 300 grs. de champiñones
- 15 grs. de piñones
- 150 grs. de arroz
- Sal
- Aceite

Sazonamos el pollo por dentro y por fuera.

Ponemos en la Olla el aceite y lo calentamos incorporamos el pollo y lo doramos. Una vez dorado lo sacamos, en la grasa que nos queda en la Olla, pochamos la cebolla y la manzana rallada.

Añadimos el curry, la harina, el vino y el caldo, seguidamente limpiamos los champiñones y los troceamos, los ponemos en la Olla y rehogamos todo.

Incorporamos el Pollo a la salsa de la Olla cerramos dejamos cocer el tiempo indicado y abrimos.

Lo servimos y lo acompañamos con arroz blanco y los piñones.

13

MINUTOS

POLLO AL CHILINDRON

INGREDIENTES

- 1 Kg. de pollo
- 4 pimientos rojos
- 100 c.c. de aceite de oliva
- 200 grs. de tocino
- 200 grs. de cebolla
- 1/2 kg. de tomates
- 3 dientes de ajo
- 50 gramos de almendra molida
- 4 pimientos choriceros

Troceamos el pollo en trozos iguales.

Ponemos la Olla al fuego con el aceite y un diente de ajo, cuando este se dore, se añaden los trozos de pollo, dejamos que se doren y entonces echamos el resto de los ajos y la cebolla todo bien picado.

Mantenemos unos minutos que se dore todo y incorporamos el tocino y los tomates escaldados.

Cerramos la Olla, le damos la cocción indicada en la receta, cuando el tiempo haya transcurrido, dejamos descomprimir y abrimos.

Unos minutos antes de terminar este plato se añade la almendra molida y la carne de los pimientos.

9

MINUTOS

POLLO CON GUI SANTES

INGREDIENTES

- 1 pollo mediano
- 2 cebollas
- 3 dientes de ajo
- 1 zanahoria
- 1 vaso de caldo de carne
- 2 cucharadas de harina
- 250 grs. de guisantes
- Aceite
- Pimienta
- Sal
- Agua
- Perejil

Ponemos en la Olla, el aceite, la cebolla bien picada, los ajos, la zanahoria cortada en rodajas y el pollo cortado en trozos medianos.

Dejamos que se poche y seguidamente incorporamos los trozos de pollo y los doramos.

A continuación, la taza de caldo, el vaso de agua y los guisantes, de damos una vueltas y cerramos la Olla.

Le damos una cocción de 9 minutos, dejamos que descomprima de forma natural y abrimos.

Separamos el pollo de la salsa, esta se pasa por el pasapures y, lo servimos por encima del pollo con un poco de perejil picado.

9

MINUTOS

POLLO AL JEREZ

INGREDIENTES

- 1 kg. de pollo
- 100 grs. de champiñones limpios
- 1 vasa de jerez oloroso
- Pimienta
- 200 grs. de cebolla
- Ajo bien picado
- Aceite
- 1 vaso de agua

Ponemos en la Olla, el aceite y los trozos de pollo y los doramos.

A media operación, añadimos la cebolla muy picadita y el ajo. Cuando toman color, ponemos los champiñones limpios, la pimienta el vaso de vino y el agua.

Le damos una cocción de 9 minutos, dejamos descomprimir la Olla y abrimos.

Sacamos los trozos de pollo y los cubrimos con el resto del jugo una vez pasado por el pasapurés MAGEFESA.



10

MINUTOS

REDONDO DE PAVO

INGREDIENTES

- 1 pavo mediano
- 3 dientes de ajo
- 2 pimientos verdes
- 1 cebolla
- 1 zanahoria
- 2 tomates
- 1 copa de coñac
- Aceite
- Agua
- Sal

Sazonamos el pavo por dentro y por fuera.

Limpiamos y pelamos los tomates, los troceamos, picamos la cebolla, el ajo, los pimientos y la zanahoria.

Ponemos en la Olla un poco de aceite, incorporamos toda la verdura ya picada, rehogamos y añadimos el pavo, la copa de coñac y un poco de agua.

Cerramos la Olla dejamos cocer el tiempo indicado, dejamos descomprimir y abrimos.

Podemos servir como esta o pasando toda la verdura por un pasapurés, añadimos la salsa por encima del pavo y listo para comer.

5

MINUTOS

CARACOLES A LA VIZCAINA

INGREDIENTES

- 1 kg. de caracoles
- 100 grs. de jamón picado
- 100 grs. de puré de tomate espeso
- 2 dientes de ajo
- 2 pimientos choriceros
- Pimienta
- Guindilla
- 150 grs. de cebolla
- 100 c.c. de aceite

Los caracoles no deben ser puestos recién cogidos.

Hay que darles una temporada de ayuno a fin de que se vacíen. Se lavan cuidadosamente con mucha agua fresca, se ponen en la Olla con agua fría y comienzan a salir.

Cuando ya están fuera, ponemos la Olla en el fuego y cerramos, contamos el tiempo.

En una sartén con aceite, se ponen muy picados la cebolla, el ajo, dejamos que se doren un poco y añadimos el jamón en trozos pequeños y el pimiento cortado en tiras.

Incorporamos el tomate pelado sin pepitas, o puré de tomate, que es casi lo mismo, la pimienta, la guindilla, y esta salsa que estamos obteniendo, le daremos el espesor que nos guste.

Si esta espesa, le añadimos un poco de agua o caldo y, si esta ligera, le ponemos un poco de pan rallado.

Terminamos poniendo en la salsa los caracoles que se cocieron en la Olla.

8

MINUTOS

GUISADO DE CARACOLES

INGREDIENTES

- 1kg. de caracoles
- 100 grs. de jamón picado
- 2 pimientos rojos
- 100 grs. de puré tomate
- 100 grs. de cebolla
- Pan frito
- Tomillo
- 12 almendras
- 50 grs. de piñones
- Nuez moscada
- Pimienta
- 2 dientes de ajo

Los caracoles se saben limpiar con el mismo aseo y esmero que se hace otras preparaciones normales.

Ponemos los caracoles en la Olla, en agua fría, a fin de que salgan de sus cáscaras.

Seguidamente los Ponemos al fuego, cerramos la Olla, contamos unos 6 minutos el tiempo.

En una sartén, ponemos la cebolla picada, el jamón cortado en dados y el puré de tomate o tomates. Se ponen también los pimientos y todas las especias, almendras y piñones.

Juntamos esta fritada con los caracoles en la Olla y dejamos que cuezan los 2 minutos restantes.