



Receta de La cocina mediterránea de Carme Ruscalleda

Página 36



Fotografías: Becky Lawton

Sopa de centollo

La receta se puede adaptar a otros crustáceos más económicos, como el cangrejo común de sopa (el llamado "cangrejo" real), o las galeras, o la gambita blanca o roja. El caldo confeccionado siguiendo los pasos hasta el punto 4 constituye también un fondo perfecto para preparar un arroz o unos fideos, secos y al horno.

Otra alternativa consiste en añadir a la sopa unos fideos de cabello de ángel.

Puedes añadir una minitostada con un poco de alioli, que aporta a la sopa un contraste muy interesante.

INGREDIENTES

Para 4 personas

2	centollos vivos.
1.200	ml. de agua mineral.
125	ml. de jerez seco
	Sal marina (opcional)
12	hojas de perejil
4	tostadas de pan integral
4	rebanadas finas de pan fresco para tostar
1	cabeza de ajos
3	tomates maduros
	Tallos picados de cebollino
	Aceite de oliva extra virgen
	Sal y pimienta negra

PRESENTACIÓN:

1 Extrae las patas y las pinzas de los centollos y ábrelos por la panza a fin de sacar las huevas, si es que tienen. Clava un cuchillo en la parte posterior, donde se unen el caparazón inferior y el superior, ejerce presión y separa las dos partes para abrirlo. Reserva todos los jugos que emanen del centollo y reserva también los corales. No aproveches el caparazón exterior ni las branquias.

2 En una olla sofríe, con un poco de aceite, sal y pimienta, el interior del centollo, escrupulosamente limpio y cortado a trozos con sus jugos y los corales. Debe quedar todo bien dorado.

3 Tritura en un vaso los ajos pelados (reserva un diente), los tomates cortados a cuartos, las hojas de perejil y el jerez seco.

4 Cuando el sofrito esté dorado, añádele el triturado y déjalo cocer por espacio de 2 minutos. A continuación, agrega el agua mineral, que debe estar hirviendo, y déjalo cocer 15 minutos.

5 En otra olla con un poco de aceite, sofríe el diente de ajo y las 4 tostadas de pan integral.

6 Añade al sofrito el caldo anterior bien caliente y haz que hierva todo junto durante 3 minutos. Tritúralo fino con una batidora, cuela y reserva la sopa de centollo.

7 En agua hirviendo y con un buen puñado de sal, escalda las patas por espacio de 3 minutos. Golpéalas con un mazo de mortero para quebrarlas y poder extraer la carne del interior y, después, reserva la carne en frío.

8 Si el centollo contenía huevas, pésalas y ponlas en un bol. Agrégales una cantidad de sal marina equivalente al 10% de su peso y mézclalo todo con delicadeza para no aplastar las huevas. Guárdalas en la nevera.

9 Parte por la mitad las rebanadas de pan, cortadas muy finas, tuéstalas. Resérvalas en un recipiente cerrado herméticamente.

PRESENTACIÓN:

10 Sirve la sopa caliente en los platos. Coloca en medio las tostadas y, encima, la carne y las huevas del centollo. Por último, remata el plato espolvoreando el ciboulette

**Receta de La cocina mediterránea
de Carme Rusalleda**

Página 36