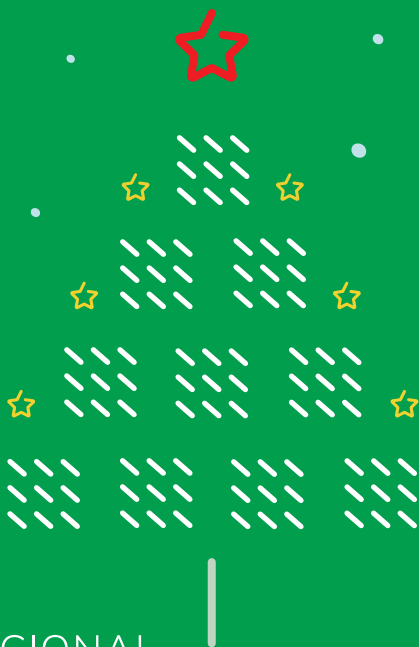




CANTABRIA

RECETAS  
DE  
NAVIDAD  
2021





# TRADICIONAL CONCIERTO DE Navidad

Domingo,  
19 de diciembre de 2021  
18:00 horas  
Catedral de Santander

**ACCESO CON INVITACIÓN**

> Recogida de invitaciones:  
Oficina de Turismo del  
Ayuntamiento de Santander  
de los Jardines de Pereda,  
a partir del día 4 de diciembre.

CAMERATA FUNDACIÓN EDP  
DE LA ESCUELA SUPERIOR DE  
MÚSICA REINA SOFÍA

Director: Paul Goodwin

fundación *edp*



Santander, 91.9 FM  
Castro Urdiales, 100.8 FM  
Torrelavega, 93.7 FM  
Laredo, 101.7 FM  
Reinosa, 90.1 FM

 ondacerocantabria

 @ondacerocan

 OndaCeroCantabria

 santander@ondacero.es

#### Edita:

Onda Cero Cantabria  
C/Fernández de Isla, 14  
39008 Santander  
Tlf.: 942 37 14 00

#### Impresión:

Gráficas Ochoa



## GUARRINDONGADAS

“Bocata de leche condensada y anchoas”, o “bocata de tortilla de patatas con sobaos”, son solo algunas de las “guarrindongadas” con productos cántabros favoritas del cocinero David de Jorge, más conocido como Robin Food, colaborador de “Alsinamari” en el programa “Más de Uno” de Onda Cero. Y es que, como muy bien relatan los oyentes más osados de Onda Cero, en la cocina hay que atreverse a probar, a innovar, a inventar, a transgredir...

Pero, no, no se asusten, que esta revista que tiene entre manos no es tan osada. Así que, para que no se vuelvan muy locos con los menús de esta Navidad, hemos pedido a los mejores cocineros de nuestra región que nos manden una receta de un plato sencillito y que la compartan con todos ustedes. Gracias a todos ellos por su generosidad. Entre todos conforman un firmamento de estrellas del que no podemos sentirnos más orgullosos todos los cántabros.

Como les decimos siempre, si quieren disfrutar de un momento irreplicable, sintonicen cualquiera de las emisoras de Onda Cero o Europa FM en Cantabria, compren los ingredientes necesarios y manos a la obra: pónganse a cocinar una de las magníficas recetas de este recetario. Compartir el resultado de su platos, con quienes más quieren, acompañados de un buen vino, resultará un momento único.

Y, si no, siempre les quedarán las guarrindongadas.

Que 2022 venga cargadito de salud.

¡Feliz Navidad!

# ÍNDICE

## DE RECETAS

### ENTRANTES/PRIMEROS

Alcachofas con salsa marinera y mejillones (Solana) .....	7
Caracoles en salsa roja (Hotel Escuela Las Carolinas) .....	11
Caracoles La Casona nº 10 (Hotel El Oso) .....	12
Crema de nécoras con ceviche de langostino (El Redoble).....	15
Huevos rellenos de bonito del Cantábrico y alcaparras fritas (Cenador de Amós) .....	16
Tartar de langostino tigre y holandesa de salmuria (Casona del Judío) .....	19

### PESCADOS

Bacalao nevado (Hotel Vejo) .....	21
Cocochas de merluza al pil pil (Asador Llorente) .....	23
Chipirones rellenos sobre tinta de calamar -mar y tierra- (Marisquería Casa José) .....	25
Lubina a la media sal (La Taberna del Herrero) .....	27
Mero gratinado relleno de txangurro (Taberna La Prensa) .....	28



## CARNES

Capón estofado (Posada del Mar).....	30
Rabo estofado (La Bombi) .....	32
Roast Beef (Bonobo) .....	35
Solomillo de lechazo, pistacho y crema de tubérculos (La Bicicleta) .....	36

## POSTRES

Chocolate especiado navideño (Café Dromedario) .....	38
Pudin de arroz con leche al ron (Carlos III) .....	39
Souffle Astuy (Astuy) .....	41
Tarta de turrón (La Flor de Tetuán) .....	43
Torrijas (La Cañía) .....	45



Laredo-Cantabria

[www.codesa.es](http://www.codesa.es)



## SOLANA

La Bien Aparecida, 11  
39849 Ampuero  
Tfno.: 942 676718

# ALCACHOFAS CON SALSA MARINERA Y MEJILLONES

### Ingredientes:

- 1 cebolla blanca
- 2 dientes de ajo
- 300 grs. de mejillones
- 50 cl. vino blanco
- 25 grs. perejil
- 2 c/s de salsa de tomate
- 2 c/s de harina
- 6 unidades de alcachofas
- Brotos de guisante, brotes de pampolina

### Elaboración:

*Para los mejillones:* limpiamos los mejillones minuciosamente y los ponemos en una cazuela con tapa con 100 ml. de agua, el vino blanco y las hojas de perejil. Tapar y cocer al vapor hasta que los mejillones se abran por completo. Sacar de la concha los mejillones y reservarlos para el emplatado. Guardamos el agua de la cocción para la salsa marinera.

*Para la salsa marinera:* picamos la cebolla y el ajo muy fino en brunoise, rehogar en una cazuela con un poco de aceite de oliva; una vez pochada, añadimos la salsa de tomate y después la harina, removemos bien y mojamos con el caldo resultante de cocer los

\* Esta receta continúa en la p.9



EXCLUSIVAS APOLO

ESPECIALISTAS EN PRODUCTOS PERECEDEROS

*Selección de Exclusivas en Alimentación*

☎ 942 26 25 68 - 661 84 69 60

[www.exclusivasapolo.com](http://www.exclusivasapolo.com)



\* Esta receta viene de la p.7

mejillones que tenemos reservado, cocemos el conjunto diez minutos -podemos añadir opcionalmente una cayena-. Colar el conjunto por colador fino y reservar.

*Para las alcachofas:* limpiar las alcachofas de las hojas más tersas exteriores dejándolas un poco de altura en su tallo. Cocerlas en una cazuela con agua limpia hasta el punto de cocción que deseamos -unos 20 minutos si son tiernas-. Sacar del agua y cortar en 4 cada alcachofa. En el momento del emplatado, salteamos en la sartén bien caliente para darle un punto crujiente y de temperatura.

### Acabado y presentación:

Disponemos en el centro del plato la salsa marinera caliente; sobre ésta, las tres porciones de alcachofa por ración y los tres mejillones cocidos. Terminar decorando con los brotes de guisantes y pamplinas y un chorrito de aceite de oliva virgen.

Es un plato excelente para comer con cuchara como si fuera un guiso de verduras y marisco.





Más de 60 años cuidando de ti  
y de nuestro planeta



**¡Felices Fiestas!**



SALAMI S.A.

MercaSantander s/n. 39011 Santander (Cantabria)

☎ 942 321 576

🌐 [www.salami-sa.com](http://www.salami-sa.com)  





## HOTEL ESCUELA LAS CAROLINAS

C/ General Dávila, 115  
(Finca Las Carolinas)  
39006 Santander  
Tlfn.: 942 033402

# CARACOLES EN SALSA ROJA

### Ingredientes:

1 kg. de caracoles	3 rebanadas de pan	4 tomates grandes maduros pelados o un bote de un kilo de tomate triturado
1,5 l. de agua	Sal	
2 cebollas	Aceite	
1 o 2 guindillas	Pimienta negra molida	
250 gr. de almendras peladas	ó 6 pimientas en grano	

### Elaboración:

Ponemos los caracoles en una bolsa de rejilla cerrada colgados en un sitio fresco, durante dos semanas, para que ayunen y se limpien bien. Los lavamos muy bien repetidas veces con el agua corriendo, hasta que no suelten babas.

Ponemos un litro y medio de agua con sal en una olla, la calentamos y cuando esté templada echamos los caracoles para que salgan, y entonces subimos el fuego a tope; los cocemos unos 10 minutos.

Hacemos un sofrito con los ajos y las cebollas cortadas en trocitos, añadimos las guindillas y el tomate. Sofreímos.

En una sartén aparte, freímos las almendras y el pan. Los picamos con un mortero o con el molinillo de la batidora (se tienen que quedar trocitos pequeños).

Cuando el sofrito esté hecho, añadimos los caracoles con el agua de cocción y el majado de almendras y pan, un poco de pimienta molida o las pimientas enteras y dejamos hasta que se haga una salsa espesa. Si nos gusta el sabor fuerte, podemos añadir al majado un ajo crudo



## HOTEL EL OSO

*Cosgaya*

39582 Camaleño

Tfno.: 942 733018

## CARACOLAS LA CASONA N° 10

### Ingredientes:

Dos cebollas blancas

Un pimiento verde de freír

Un pimiento rojo

Dos dientes de ajo

Dos guindillas cayena

Dos kilos de tomate maduros (también podemos utilizar tomate pelado en conserva)

Dos rebanadas de pan de pueblo posado

Aceite de oliva

Un chorizo bueno

200 grs. de jamón picado en taquitos

200 grs. de panceta adobada picada en taquitos

200 grs. de nueces peladas

2 kgrs. de caracoles cocidos en conserva. Esto facilita mucho la elaboración al evitar tener que lavar y limpiar los caracoles con lo que ello conlleva.

2 huevos cocidos

Perejil picado

## Elaboración

Con la mitad de las verduras, hacemos un refrito para una salsa de tomate a la que damos un poco de chispa con las cayenas; el pan lo freímos y lo añadimos a la salsa dejándolo cocer un ratito, pasamos por el pasapuré y reservamos.

Aparte, sofreímos el resto de las verduras para obtener el fondo de la salsa final. Cuando tengamos las verduras tiernas añadimos las carnes y las nueces (que habremos tostado ligeramente en el horno y troceado un poquito), damos unas vueltas, retiramos el exceso de grasa si lo hubiese e incorporamos la salsa de tomate reservada. Hervimos un ratito y añadimos los caracoles escurridos del caldo de su cocción, cocemos el conjunto durante 5 minutos y lo dejamos reposar después para que los sabores se integren. Si fuese necesario añadir algo de caldo podemos utilizar de ave o incluso el propio de los caracoles.

Decoramos con el huevo cocido picado, perejil y unas nueces tostadas por encima.



# ¿Buscas muebles?



# merKamueble

LA PRIMERA MARCA DE MUEBLES EN CANTABRIA

La mayor tienda de muebles de  
la región, en Santa Cruz de Bezana

- ✓ 10.000 m<sup>2</sup> de espacios dedicados al mueble
- ✓ 300 plazas de aparcamiento en superficie
- ✓ 250 plazas más en parking cubierto

Santa Cruz de Bezana,  
Carretera Santander - Torrelavega Km. 8  
39100 · Cantabria

942 58 58 30

[www.merkamuebleonline.com](http://www.merkamuebleonline.com)



## EL REDOBLE

Barrio Perujo, 8

39478 Arce

Tfno.: 942 575852



# CREMA DE NÉCORAS CON CEVICHE DE LANGOSTINOS

### Ingredientes:

- 500 grs. de nécoras
- 2 litros de caldo de pescado
- 1 cebolla
- 1 puerro
- 2 tomates
- ½ pimiento verde
- ½ pimiento rojo
- 2 zanahorias
- Chorrito de nata
- Chorrito de brandy (para flambear)
- 1 hoja de laurel
- Sal y pimienta al gusto

### Elaboración:

Para el ceviche, se cogen las colas de langostinos, les echamos sal, pimienta y zumo de lima y las dejamos marinar 15 minutos. En trocitos, para que se hagan más rápido. Pasado ese tiempo, escurres y reservas para colocar encima de la crema de nécoras.

Para la crema, se rehogan todas las verduras (en juliana), se añaden las nécoras, laurel y 1 cucharada de pimentón. A continuación, se añade el brandy, se cubre con el caldo de pescado y se hierve durante 20 minutos. Se tritura todo. Se cuela y vuelve a llevar a ebullición y se añade la nata y rectifica de sal y pimienta. 5 minutos más y se termina en plato con los langostinos.



## CENADOR DE AMÓS

*Calle del Sol, s/n  
39793 Villaverde de  
Pontones  
Tfno.: 942 508243*

### HUEVOS RELLENOS DE BONITO DEL CANTÁBRICO Y ALCAPARRAS FRITAS

#### Ingredientes para 4 personas:

- 8 huevos frescos
- 100 grs. de bonito
- 50 grs. de mahonesa
- 50 grs. de chalota
- 50 grs. de pepinillo  
encurtido agri dulce
- 20 grs. de Ketchup
- 15 grs. de cebollino
- 25 grs. de alcaparras

#### Elaboración:

Lo primero de todo es cocer los huevos en agua hirviendo durante 11 minutos con una pizca de sal y vinagre. Transcurrido el tiempo, introducimos en agua fría y después los pelamos, cortamos a la mitad y extraemos las yemas.

En un vaso de batidora introducimos el bonito, mahonesa y las yemas de los huevos que hemos cocido, trituramos y tenemos que obtener una pasta densa que vamos a introducir en una manga pastelera con una boquilla rizada; reservaremos en la cámara frigorífica.



Picamos en brunoise la chalota, el pepinillo, el cebollino y la mitad de las alcaparras; todo ello lo juntamos y lo mezclamos con el ketchup y una cucharadita de mahonesa. Con esto rellenaremos los huevos, con la ayuda de dos cucharas de café.

Con el resto de alcaparras, ponemos en una cazuelita un poco de aceite y, cuando esté muy caliente, introducimos las alcaparras durante 10 segundos. Con esto es suficiente para que se fríen, sacamos y colocamos sobre papel secante para retirar el exceso de aceite.

### Montaje:

Colocamos en el fondo del plato un poco de la pasta de bonito que tenemos en la manga pastelera; sobre ella posamos los huevos que vamos a rellenar con un par de cucharas y la mezcla de chalota, pepinillo y alcaparras.

Una vez rellenos, con la manga pastelera le agregamos con delicadeza la pasta de bonito y mahonesa y sobre esto terminamos decorando con las alcaparras fritas.

Un toque de color siempre nos viene bien para dar alegría a nuestros platos, así que pondremos unas hojas de perejil.



# ¿PROBLEMAS CON PLAGAS?

LLAME A



**DESINFECCIÓN**



**942 32 44 66**

[www.montanesadedesinfeccion.com](http://www.montanesadedesinfeccion.com)



## CASONA DEL JUDÍO

*Calle Repuente, 20  
39012 Santander  
Tfno.: 942 342726*

# TARTAR DE LANGOSTINO TIGRE Y HOLANDESA DE SALMURIA

### Ingredientes:

#### *Para el tartar de langostino tigre:*

- 2 langostinos
- 20 grs. de salmuria
- 5 grs. de aceite de oliva virgen extra
- C/s de semilla de laurel

#### *Para la holandesa de salmuria:*

- 250 grs. de yemas curadas en salmuria
- 500 grs. de mantequilla clarificada

#### *Otros Ingredientes:*

- C/s de junquillo de mar
- C/s de acedera de playa

### Elaboración:

*El tartar de langostino tigre:*  
Curamos los langostinos en salmuria durante 1 minuto y lo aclaramos con agua, cortamos y lo mezclamos con un aceite de semilla de laurel.

*La holandesa de salmuria:* Curamos durante 12 horas las yemas en salmuria y clarificamos la mantequilla y hacemos una holandesa.

### Montaje:

Ponemos una base de holandesa de salmuria, rallamos semilla de laurel, ponemos el junquillo de mar, luego colocamos el tartar mezclado en aceite de semilla de laurel, y finalmente encima la acedera de playa.

CARNICERÍAS  
**QUINTANA**



# Carne de **TUDANCA**

Web:

[www.carniceriasquintana.com](http://www.carniceriasquintana.com)

Teléfonos:

942 700 095 - 625 050 080

Plaza de la Paz, 11, Cabezón de la Sal





## HOTEL VEJO

*Avenida de Cantabria, 83  
39200 Reinosa  
Tfno.: 942 751700*

## BACALAO NEVADO

### Ingredientes:

6 lomos de bacalao

1 coliflor

Aceite de oliva virgen 300 ml.

4 dientes de ajo

6 patatas medianas

12 orejones un puñado de uvas pasas

3/4 litro de nata culinaria

### Elaboración:

Primero desalamos el bacalao unas 24 horas en agua fría cambiándola cada 8 horas aprox. Cocemos la coliflor y las patatas por separado. Confitamos los lomos de bacalao en el aceite con 2 dientes de ajo que hemos fileteado gorditos. Este proceso nos llevará unos 10 minutos (dependiendo del grosor de la pieza) a no más de 70 grados (que no se queme).

Para que nos quede jugoso, la mitad de la coliflor y las patatas las trituramos en la túrmix y reservamos. Hacemos una ajada (quitándole el pedúnculo central al ajo para que no nos repita, o utilizando ajo negro si tenemos y nos parece más cómodo) con el aceite de oliva y un poco de pimentón, con cuidado que no se nos queme. El resto de la coliflor lo trituramos con un poco del agua de su propia cocción, un poco de pimienta, rectificamos de sal. Le añadimos la nata culinaria y le damos un hervor. Añadimos para finalizar los orejones y las pasas.

### Presentación:

Colocamos en cada plato un fondo como de 2 cm. de altura con la mezcla de coliflor y patata que teníamos reservada sobre la que posamos el lomo de bacalao y lo tapamos con la mezcla caliente de la ajada con orejones.

Pinturas

**Tenysol**

TIENDAS



Pinturas

**Ferroluz**

FÁBRICA

**VIVE LA VIDA  
COMO NOSOTROS  
VIVIMOS EL COLOR**

CANTABRIA:

SANTANDER: Los Portuarios, s/n - Pol. Ind. La Albericia

Tel. 942 344 352 - Fax 942 347 730

TORRELAVEGA: Avda. de Bilbao, 38 - Tel. 942 892 839

LAREDO: C/ Menéndez Pelayo, 15 - Tel. 942 612 832

REINOSA: C/ Ballarna, s/n - Tel. y Fax 942 754 160

VAL DE SAN VICENTE: Polígono Industrial Los Tánagos, Parcelas 5 y 6

Tel. 942 718 197 - Fax 942 718 109

ASTURIAS:

OVIEDO: Avda. del Mar, n.º 78 - Tel. 985 116 736

GIJÓN: C/ Mon, 31-33 - Tel. 985 164 174

AVILÉS: C/ Palacio Valdés, 22 - Tel. 985 510 899

[www.tenysol.com](http://www.tenysol.com) [tenysol@tenysol.com](mailto:tenysol@tenysol.com)

**FABRICA DE PINTURAS FERROLUZ**

VAL DE SAN VICENTE: Polígono Industrial Los Tánagos, Parcelas 5 y 6  
CANTABRIA

Tel. 942 718 197 - Fax 942 718 109

[www.pinturasferroluz.com](http://www.pinturasferroluz.com) [ferroluz@pinturasferroluz.com](mailto:ferroluz@pinturasferroluz.com)



## ASADOR LLORENTE

*San Roque, 1*

*39570 Potes*

*Tfno: 942 738165*

## COCOCHAS DE MERLUZA AL PIL PIL

### Ingredientes:

300 gramos de cocochas  
de merluza

2 dientes de ajo

Aceite de oliva

Sal

Perejil

### Elaboración:

En una sartén echamos un buen chorro de aceite de oliva y los ajos picados en láminas.

Añadimos las cocochas con la piel hacia abajo.

Cocinamos con el fuego muy bajo moviendo la sartén en círculos lentamente hasta que suelten el jugo.

Después les damos la vuelta para que se acaben de cocinar por el otro lado sin subir la temperatura.

Añadimos sal al gusto y perejil.

Servimos las cocochas calientes.

# Callaghan®

Adaptation»

## CIUDAD O MONTAÑA ¿POR QUÉ ELEGIR?



Callaghan  
SUV



TECNOLOGÍA  
ADAPTACION



MÁXIMA  
TRACCIÓN



ADAPLITE  
RUBBER



PIEL  
HIDROFUGADA

CO<sub>2</sub> NEUTRAL  
Reducir - Reutilizar - Reciclar



[www.callaghan.es](http://www.callaghan.es)



callaghan shoes





## MARISQUERÍA CASA JOSÉ

*C/ Mocejón, 2  
(Barrio Pesquero)  
39009 Santander  
Tfno.: 942 13 53 81*

# CHIPIRONES RELLENOS SOBRE TINTA DE CALAMAR -MAR Y TIERRA-

### Ingredientes para 4 personas:

16 chipirones limpios	400 grs. de colas de langostinos
Aceite	½ vaso de coñac
2 cebollas	Harina de garbanzos
2 pimientos verdes	Tinta de calamar
300 gramos de setas de temporada	Sal al gusto

### Elaboración:

En primer lugar, para el relleno, picamos en dados pequeños toda la verdura, las colas de langostinos y las setas. Una vez hecho, rehogamos en una sartén con dos cucharadas de aceite y sal al gusto, a fuego medio. Se añade el coñac y se deja reducir a fuego lento. Acabado este proceso, reservamos y dejamos enfriar.

Se coge el chipirón boca abajo, y con una chuchara de postre vamos rellenándolos con cuidado. Una vez llenos los cerramos atravesando con un palillo la abertura evitando que se escape el contenido. A continuación, aderezamos con sal y rebozamos con la harina de garbanzo.

Posteriormente, freímos con abundante aceite a fuego medio durante unos dos minutos de cada lado.

Colocamos sobre papel absorbente y retiramos los palillos.

Decoramos con tinta de calamar y acompañamos con unos puntos de alioli.



## **Parte Automóviles**

Concesionario oficial Volkswagen en Cantabria

**Santander** - El Campón, Peñacastillo

**Torrelavega** - Campuzano

[www.parteautomoviles.com](http://www.parteautomoviles.com)





## LA TABERNA DEL HERRERO

*C/ El Rubio, 4. Tfno. 942 055419  
Bajada del Caleruco, 59 (S20).  
Tfno.: 620 290152*

*C/ del Castro, 24. Peñacastillo.  
Tfno.: 942 320243*

## LUBINA A LA MEDIA SAL

### Ingredientes:

Lubina  
Sal gorda  
Tomate  
Cebolla  
Aceitunas negras  
Alcaparras  
Pepinillo  
Mejillones  
Aceite de oliva  
virgen extra  
Vinagre y sal

### Elaboracion:

Primero limpiar la lubina. Coger 250 gramos, poner en la placa y cubrir con sal gorda; meter al horno a 200 grados durante 9 minutos.

Hacer vinagreta de tomate, cebolla, aceitunas negras, alcaparras, pepinillo y mejillones con tres partes de aceite de oliva virgen extra y una parte de vinagre y sal.

### Montaje:

Poner la lubina en el plato, quitar bien la sal y la piel, y poner por encima la vinagreta.



## TABERNA LA PRENSA

Monte la Torre, 86  
39012 Santander  
Tfno: 942 320182

## MERO GRATINADO RELLENO DE TXANGURRO

### Ingredientes para 4 personas:

- |                                      |                             |
|--------------------------------------|-----------------------------|
| 8 filetes de mero                    | 250 gramos de mantequilla   |
| 400 gramos de carne<br>de centollo   | 1 tomate                    |
| 4 cebollas                           | 200 gramos de piña          |
| 2 puerros                            | 2 cucharas vinagre de jerez |
| 2 vasos de vino blanco               | Pizza de perejil picado     |
| 2 vasos de coñac                     | 2 zanahorias                |
| 300 gramos de tomate frito           | 1 calabacín                 |
| 1 vaso y medio de aceite<br>de oliva | 200 gramos de harina        |
| 4 yemas de huevo                     | Caldo de pescado            |
|                                      | 200 gramos de langostinos   |

## Elaboración:

*La salsa americana:* Se pican 2 cebollas, las zanahorias y el calabacín; se rehoga. Echamos los langostinos machacados y flambeamos con un vaso de coñac, agregamos la harina y se deja cocer dos minutos. Echamos 250 gramos de tomate frito y se moja con el caldo de pescado, cocemos a fuego lento durante 50 minutos. Se tritura con la batidora y se pasa por un chino.

*La salsa holandesa:* Se clarifica la mantequilla, montamos las 4 yemas de huevo y, como si estuviéramos haciendo una mahonesa, se echa poco a poco la mantequilla clarificada hasta conseguir una salsa espesa y le damos el punto de sal.

*El Txangurro:* Pochamos el puerro y las dos cebollas, agregamos medio vaso de vino blanco y una vez que se evapore el alcohol añadimos la carne del centollo y flambeamos con el coñac y agregamos 250 gramos de tomate; lo dejamos guisar durante 3 minutos.

*Para la vinagreta de tomate y piña:* Cortamos el tomate y la piña en dados pequeños, echamos una pizca de sal, el perejil picado, el vinagre de jerez y el aceite de oliva.

## Finalización:

Cogemos los filetes de mero, se rellenan con el txangurro, untamos una placa con mantequilla ponemos el mero ya relleno, echamos el vino blanco y metemos al horno a 190 grados durante 7 minutos. Se le escurre el agua, se echa la salsa americana y se napa con la salsa holandesa y ponemos a gratinar en el grill.

Lo acompañamos con la vinagreta de tomate y piña.



## POSADA DEL MAR

*C/ Castelar, 19, bajo*  
*39004 Santander*  
*Tfno.: 942 213023*

## CAPÓN ESTOFADO

### Ingredientes para 4 personas:

Un capón  
 5 zanahorias  
 Un pimiento rojo  
 Un pimiento verde  
 2 cebollas rojas  
 Brandy  
 Caldo de carne

### Elaboración:

Preparamos las verduras pelando zanahorias y cebollas y limpiando los pimientos de sus pepitas.

Picamos muy pequeño, tanto las cebollas como los pimientos (picadora si se tiene es perfecto), pero las zanahorias en rodajitas no muy gordas y todo eso se pone a pochar.

Mientras se pocha la verdura despiezamos el capón, sacamos los muslos alitas y las pechugas. El resto lo usaremos para hacer el caldo: en una cazuela echas el espinazo del pollo y cubrimos de agua y cocemos a fuego alto.

Troceamos el capón y lo salpimentamos, lo pasamos por harina y lo doramos en una sartén. Una vez dorado, lo añadimos a la cazuela con la verdura ya pochada y flambeamos con brandy. Una vez evaporado el alcohol cubrimos con el caldo previamente hecho con los huesos y el espinazo del capón y dejamos cocer una hora y veinte minutos (de vez en cuando removemos y añadimos más caldo si fuese necesario).

### Recomendación:

Es recomendable dejar reposar una vez hecho un par de horas mínimo para que esté más sabroso y con mucho más sabor si cabe.





## LA BOMBI

*C/ Casimiro Sainz, 15  
39003 Santander  
Tfno.: 942 213028*

## RABO ESTOFADO

### Ingredientes:

2 kgs. de Rabo  
1,5 l. de vino  
Cebolla  
Zanahoria  
Pimiento  
Puerro  
Laurel  
Rama de tomillo  
Sal  
Aceite de oliva

### Elaboración:

El día anterior a la preparación de rabo estofado dejamos macerando los trozos en una cazuela con vino, cebolla, zanahoria, puerro y pimiento, los cuales utilizaremos en el proceso de cocinado posteriormente.

Para comenzar a cocinar, salpimentamos los trozos y los enharinamos para dorarlos. Ponemos una cazuela grande al fuego con 3 ó 4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra.



Cuando esté bien caliente, añadimos los trozos del rabo de ternera. Los cocinamos hasta que estén bien dorados por todas partes. Retiramos y reservamos.

Cuando el aceite esté caliente, vamos añadiendo las verduras que hemos conservado del macerado bien troceados. Cocinamos durante 10 minutos removiendo de vez en cuando. Añadimos a la cazuela hojas de laurel y ramas de tomillo y dejamos que se pochén las verduras durante 10 minutos más. Pelamos tomates y los incorporamos al sofrito en trozos pequeños y salamos. Dejamos que se cocinen las verduras durante 15 minutos, posteriormente añadimos el vino tinto y la carne que teníamos reservada y cocinamos a fuego medio alto, con la olla destapada, durante 10 minutos. Tapamos la olla y bajamos el fuego de la cocina.

Dejamos que se cocine el guiso durante dos horas y media a fuego lento. Pasado este tiempo retiramos los trozos de carne, que han de estar muy tiernos, y con el guiso de verduras preparamos la salsa utilizando el pasapurés, o incluso por el chino si lo que queremos es un resultado más fino. Volvemos a colocar la carne dentro de la olla con la salsa ya preparada hasta el momento de servir.



# MÁS DE UNO

TODA LA INFORMACIÓN  
Y ACTUALIDAD EN EL  
PROGRAMA MATINAL  
DE ONDA CERO CON

**CARLOS ALSINA**

**LUNES A VIERNES  
DE 6:00H A 12:30H**

**Y TAMBIÉN  
CON MUCHO  
HUMOR Y  
ENTRETENIMIENTO**



**TU RADIO**





## BONOBO

Calle La Pola, 2

Suesa

39150 Cantabria

Tfno.: 942 270793

## ROAST BEEF

### Ingredientes para 8/10 personas:

1,5 kg. de solomillo de novilla  
ó 4 solomillos de cerdo  
Zumo de 4 limones  
5 cebollas blancas /rojas  
5 cucharadas de mantequilla

Aceite de oliva virgen extra  
*Para la guarnición:* 4 manzanas,  
4 cucharadas de azúcar, puré  
de patata

### Elaboración:

Comenzaremos bridando el solomillo y haciendo el zumo de los 4 limones y lo metemos en una cazuela donde quede bien apretadito y bien cubierto por el zumo; esto lo haremos 3 o 4 horas antes de cocinarlo y lo mantendremos en la nevera y, cada media hora o así, le daremos la vuelta.

Cortaremos las cebollas en trozos grandes, por ejemplo a la mitad y luego en tres.

Sacamos el solomillo y lo secamos; en una cazuela que sepas que no se te pegue echamos un buen chorro de aceite de oliva virgen extra y doramos el solomillo por todas partes; una vez dorado añadimos las cebollas y la mantequilla y lo tapamos a fuego medio. Cada 5 minutos lo vamos volteando; a los 10/12 minutos miramos a ver como está. Si utilizamos solomillo de cerdo el tiempo se reduce, la cebolla tiene que estar bastante churruscadita, así que se puede sacar el solomillo y seguir haciendo la cebolla. También se puede añadir algo del zumo de limón y un chorro de coñac de vino blanco.

### Emplatado:

En una tabla cortamos el solomillo en rodajas de 1 cm. y lo colocamos en una fuente. Ponemos por encima la salsa de la cebolla -o la dejamos en un bol-, y todo esto va acompañado también de una compota de manzana y un puré de patata.



## LA BICICLETA

*C/ La Plaza, 12*

*39716 Hoznayo*

*Tfno.: 942 524538*

## SOLOMILLO DE LECHAZO, PISTACHO Y CREMA DE TUBÉRCULOS

### Ingredientes:

*Pan de pistacho:* 40 grs. de pistacho, 100 grs. de pan rallado, 15 grs. de cebollino

*Solomillo:* 1 solomillo, 30 grs. de chalotas, 10 grs. de romero, 5 grs. de pimienta, 1 cda. de sal, 30 grs. de aceite

*Crema de tubérculos:* 300 grs. de apionabo, 200 grs. de patata, 500 grs. de nata, sal.

*Zanahoria:* 10 zanahorias; 10 grs. de mantequilla, 1 cda. de sal.

*Gelatina:* 100 grs. de remolacha encurtida, 3 ud. de gelatina.

## Elaboración:

*Pan de pistacho:* Untar el pan rallado junto con el pistacho y el cebollino en un procesador de alimentos y triturar hasta obtener un polvo de color verde.

*Solomillo de lechazo:* Precalear el horno a 160° C. Picar las chlotas y mezclar con el romero, la sal, la pimienta y el aceite. Limpiar el solomillo de lechazo y marinar durante 30 min. en la mezcla anterior. En una sartén a fuego muy fuerte, marcar el solomillo 3 min. por cada lado. Lo envolvemos en papel de aluminio y lo hornearemos durante unos 5 ó 10 minutos aproximadamente, intentando mantener una temperatura interna de 58° C. Dejar reposar 5 minutos fuera y rebozar en la mezcla de pan rallado y pistacho.

*Crema de tubérculos:* Precalear el horno a 180° C. Lavar las patatas y envolver en papel de aluminio. Trocear el apionabo en dados de 4 cm. y envolverlos en papel de aluminio. Hornear las patatas y el apionabo durante 45 min. aproximadamente. Pelar las patatas y poner a cocer a fuego bajo las patatas y el apionabo en la nata durante 20 min. Triturar y colar para obtener una crema fina.

*Zanahorias:* Las limpiamos y las cocemos durante 7 min. Dejamos enfriar. Saltear las zanahorias con una nuez de mantequilla y sal.

*Gelatina de remolacha encurtida:* Triturar la remolacha, colar y obtener el líquido resultante. Calentar la mezcla en un cazo sin que llegue a hervir y añadir la gelatina previamente hidratada. Verter en un molde de hielo y reservarlo en la nevera.

## Presentación:

En el centro del plato poner la crema de tubérculos y sobre ésta el solomillo rebozado. Rodear con un círculo imaginario nuestro solomillo y colocar en el contorno de este círculo 3 zanahorias en triángulo, y 3 dados de gelatina en un triángulo inverso al de las zanahorias.



## CAFÉ DROMEDARIO

Mercado Municipal del Este  
C/ Hernán Cortes, 4  
39003 Santander  
Telf.: 942 360308

# CHOCOLATE ESPECIADO NAVIDEÑO

### Ingredientes:

- 500 mililitros de leche
  - 100 gramos de azúcar (½ taza)
  - 300 gramos de chocolate negro para postres de tableta
  - 1 cucharadita de canela en rama
  - 4 clavo de olor
  - 2 pizcas de nuez moscada molida
  - 3 cardamomo
  - 2 anís estrellado
- Opcional:*
- 1 espresso y 40 ml. de licor de avellana

### Elaboración:

En una olla añadimos la leche, el azúcar y el chocolate en pequeños trozos, removiendo mientras se derrite y va espesando la preparación. Cuando entra en ebullición bajamos el fuego y removemos cada tanto para que no se pegue en la base; añadimos todas las especias en ese momento, y lo dejamos a fuego durante 5 minutos más.

Llegados a este punto, tendremos dos opciones, o filtramos y pasamos a otra olla obteniendo un chocolate especiado muy suave, o dejamos toda la noche las especias macerando, lo que hará que al día siguiente sea una bebida con más personalidad e intensa.

Una vez decidido este paso, podremos servirlo como un chocolate a la taza o preparar una bebida especial añadiendo en una copa el chocolate, un espresso o media tacita de café de nuestra cafetera habitual y 40 ml. de licor de avellana, mezclamos bien y decoramos con nata montada por encima.



## CARLOS III

Avda. Benedicto Ruiz, 641  
39170 Ajo  
Tfno.: 942 621018

# PUDIN DE ARROZ CON LECHE AL RON

### Ingredientes:

1 litro de leche  
200 grs. de arroz  
3 huevos  
2 copas de ron  
Canela  
Azúcar

### Elaboración:

Con el arroz y la leche se prepara un arroz aromatizándolo con canela y endulzándolo bien una vez cocido.

Medio frío, se le añaden las yemas; se prepara un molde untado con mantequilla y con un disco de papel en el fondo, también engrasado. Se batan las claras a punto de nieve y se mezclan con el arroz con mucho cuidado para que no se bajen las claras.

Se vierte el preparado en el molde y se pone a cocer al baño maría en el horno unos 30 minutos aprox., cubriéndolo con un papel para que no se le forme corteza por encima.

Se comprueba con una aguja larga si está cocido. Una vez en su punto, se retira del horno y se deja sin desmoldar unos minutos.

### Finalización:

Ya desmoldado, se espolvorea con azúcar, se rocía con el ron templado y se le prende fuego.



[www.regma.es](http://www.regma.es)







## ASTUY

*Avenida Juan Hormaechea ,1  
39195 Isla-Arnuero  
Tfno.: 942 679540*

## SOUFFLE ASTUY

### Ingredientes para 2 personas:

- 8 galletas María dorada
- 4 bolas de helado de vainilla
- ½ plátano
- ½ manzana
- ½ melocotón
- 1 trozo de piña
- 8 guindas rojas en almíbar
- 6 claras de huevo
- 100 grs. de azúcar

### Elaboración:

Picar la fruta en mirepoix y mezclar en un bol con un poco de azúcar y el zumo de 1 naranja. Reservar en frío.

Separar las claras de las yemas.

Montar las claras a punto de nieve.

Una vez montadas añadir el azúcar y volver a batir hasta que se incorpore.

Montar el soufflé: base de galletas, bolas de helado, cocktail de frutas naturales y tapar con el merengue y darle forma.

Hornear a 190°C durante 3-4 minutos.

Al servir, flambeo con ron.



**NOVANOR**

**NO DEJES QUE LA HUMEDAD DAÑE LO QUE MAS QUIERES**

**NOVANOR TU ESPECIALISTA EN  
HUMEDADES**

- Tratamientos garantizados
- Financiación sin intereses
- Diagnóstico gratuito

Guipúzcoa      Vizcaya      Vitoria      Pamplona      Cantabria  
943 380 429    946 545475    945 020 113    948 013 761    942 611 231

**[www.novanor.es](http://www.novanor.es)**



## LA FLOR DE TETUÁN

*C/ Tetuán, 25*

*39004 Santander*

*Tfno.: 637 675982*

## TARTA DE TURRÓN

### Ingredientes:

500 grs. de queso tipo  
philadelphia

500 grs. de turrón  
blando de Cantabria  
Monerris rallado

6 huevos enteros

1 litro de nata de 32%  
de grasa

### Elaboración:

Añadimos todos los ingredientes en un bol o cazuela y los batimos con batidora de mano.

Pasamos a un molde.

Horneamos a 180° durante más o menos una hora, dependiendo de si queremos la tarta más compacta o más blanda. Dejar enfriar y desmoldar.

### Presentación:

Decorar a gusto del consumidor, acompañada, por ejemplo, con una bolita de helado de mantecado.



**Santander 91.9 FM**  
Castro Urdiales 100.8 FM  
Torrelavega 93.7 FM  
Laredo 101.7 FM  
Reinosa 90.1 FM

# ELOÍSA CANGA VILLEGAS

## PREMIO MUJER CANTABRIA 2021

 Onda Cero Cantabria

 @ondaceroacan

 @ondacero cantabria



Mercedes-Benz  
Adarsa



## LA CAÑIA

C/ Joaquín Costa, 45  
39005 Santander  
Tfno.: 942 270491

## TORRIJAS

### Ingredientes:

Medio litro de leche	1 pizca de harina
Un cuarto de litro de nata líquida	2 huevos batidos
140 grs. de azúcar	Aceite de girasol para freír
Una rama de canela	Azúcar moreno
Un trozo de piel de limón o naranja	Canela molida
1 pan brioche de leche	

### Elaboración:

En un cazo al fuego colocamos la leche, la nata y el azúcar (110 grs). Además, introducimos la piel de cítrico (sin lo blanco) y la rama de canela, a fuego suave hasta que hierva; quitamos el cazo del fuego. Lo dejamos enfriar.

Mientras tanto, preparamos el pan para el remojo: cortamos en rodajas anchas, de forma que cuando estén en el baño de leche, absorban mucho mejor la preparación y se inflen adecuadamente. Colocamos los rodajas en una fuente amplia con el suficiente espacio. Colamos la leche y lo vertemos sobre el pan y dejamos que se empapen por lo menos durante 10 minutos, dándoles vuelta cuidadosamente.

Una vez empapadas, con cuidado de no romperlas, las pasamos ligeramente por harina y por el huevo batido con el resto de azúcar.

En una sartén con abundante aceite caliente, las freímos despacio, de forma que queden bien tostadas y con el corazón cremoso y caliente. Las escurrimos y las depositamos unos segundos sobre una hoja de papel absorbente. Una vez tibias espolvorear con canela en polvo y listas.

# ÍNDICE

## DE RESTAURANTES

(por orden alfabético)

Asador Llorente (Potes) .....	23
Astuy (Isla) .....	41
Bonobo (Suesa) .....	35
Café Dromedario (Santander) .....	38
Carlos III (Ajo) .....	39
Casona del Judío (Santander) .....	19
Cenador de Amós (Villaver de Pontones) .....	16
El Redoble (Arce) .....	15
Hotel El Oso (Cosgaya) .....	12
Hotel Escuela Las Carolinas (Santander) .....	11
Hotel Vejo (Reinosa) .....	21
La Bicicleta (Hoznayo) .....	36
La Bombi (Santander) .....	32
La Caña (Santander) .....	45
La Flor de Tetuán (Santander) .....	43
La Taberna del Herrero (Santander) .....	27
Marisquería Casa José (Santander) .....	25
Posada del Mar (Santander) .....	30
Solana (Ampuero) .....	07
Taberna La Prensa (Santander) .....	28

Carrefour



Feliz  
Navidad

Buen ganado + Buen cuidado + Buen pasto



# Carne de Cantabria

Naturalmente  
**BBBuenísima**



Alimentos  de Cantabria

