

D E N O M I N A C I Ó N   D E   O R I G E N   B A E N A



COMPARTE  
LO ÚNICO



RECETARIO



## ¿QUÉ ES EL ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA?

El Aceite Virgen es el zumo natural de un fruto, la aceituna, producido por un “frutal de invierno”: **el olivo**.

Si desde la percepción de los sentidos del olfato y del gusto, es totalmente irreproachable, se le califica como **Virgen Extra**.

Este tipo de aceite no necesita ser refinado para consumirlo, lo que lo diferencia del denominado en su etiqueta “aceite de oliva” que sí precisa pasar por refinería antes de su “encabezado” y consumo.

## ¿QUÉ ES ESTE RECETARIO?

Esta pequeña presentación de recetas de nuestra cocina, ni puede ni quiere ser introducción a un tratado sobre la importancia del **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena** en la dieta mediterránea. Sin embargo, no cabe duda que su presencia en los más diversos platos, forma parte de un hacer que no se entiende sin este zumo natural.

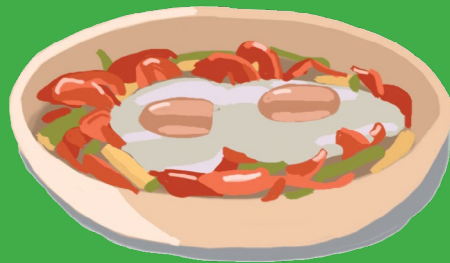
Las recetas que leerás a continuación, son una selección de platos elaborados por Escuelas de Hostelería Nacionales e Internacionales y expertos cocineros. Así como recetas de amigos, que han querido compartir con nosotros a través de las redes y que ahora tenemos el gusto de compartir contigo.



# HUEVOS A LA FLAMENCA

## INGREDIENTES

- ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 500 GR. DE TOMATES MADUROS.
- 250 GR. DE CEBOLLA.
- 2 DIENTES DE AJO.
- 80 GR. DE GUISANTES.
- 60 GR. DE JAMÓN SERRANO.
- 50 GR. DE CHORIZO.
- 2 HUEVOS.
- QUESO RALLADO.
- PIMENTÓN DULCE.
- PIMENTÓN PICANTE.
- SAL.
- AZÚCAR.



## PREPARACIÓN

En una cazuelita de barro ponemos un chorro generoso de **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena** y ponemos a freír los tomates, con un poco de azúcar para contrarrestar la acidez del tomate, junto con la cebolla y el ajo picados durante 10 minutos. Agregamos el jamón serrano cortado en tiras, el chorizo cortado en rodajas, así como los guisantes, sazonomos y le echamos el pimentón, dejamos pochar todo a fuego lento 10 minutos más.

Posteriormente, añadimos un poco de queso rallado y cascamos los huevos en la cazuelita, lo metemos al microondas durante 4-5 minutos y listo.

# GAZPACHUELO

## INGREDIENTES

- ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 2 PATATAS GRANDES.
- 2 YEMAS DE HUEVOS FRESCOS.
- 1 PUÑADO DE ARROZ.
- 2 CLARAS.
- ZUMO DE UN LIMÓN.
- SAL.



## PREPARACIÓN

Ponemos agua en una cazuela con unas patatas cortadas para que hiervan. Realizamos una mayonesa con 2 yemas de huevos frescos y **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**. Reservamos la mayonesa, antes de que estén las patatas, le agregamos un puñado de arroz. A continuación cuando este el arroz añadimos las claras poco a poco para que se cuajen, apartamos del fuego y es hora de añadir la mayonesa, a la que previamente habremos añadido zumo de un limón hasta aligerarla un poco, corregir de sal y listo.

# BACALAO CONFITADO

SOBRE CAMITA DE RISOTTO CON SETAS BRASEADAS



## INGREDIENTES

- ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 1 DIENTE DE AJO.
- 2 CENTROS DE BACALAO DESALADO DE UNOS 350/400 GR.
- PIMIENTA NEGRA.
- 150 GR. DE ARROZ.
- 50 GR. DE QUESO.
- 100 CL. DE NATALÍQUIDA.
- 1 VASITO DE VINO BLANCO.
- CALDO DE CARNE.
- SETAS.

## PREPARACIÓN

**Bacalao confitado:** En una sartén confitamos durante 10 minutos el bacalao en **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena** donde previamente habremos incorporado el diente de ajo para aromatizarlo y unos granos de pimienta. La única dificultad del confitado es mantener los grados, que deben estar siempre a 60-80 °C.

**Risotto:** Rehogamos el arroz con el **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**, añadimos el vino blanco y dejamos evaporar, cubrimos con el caldo de carne y cocemos a fuego lento, vamos añadiendo caldo lentamente si fuera necesario. Dejamos cocer unos 10 minutos.

En una cazuela echamos un chorro generoso de Aceite de Oliva Virgen Extra y la nata e incorporamos el queso a trozos, agregamos el arroz y movemos hasta que esté totalmente cocido, unos 10 minutos más.

En una sartén aparte ponemos un pelín de **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena** y las setas, tapamos y dejamos que se vayan haciendo a su amor.

Para servir ponemos en un plato una camita de risotto junto con las setas y sobre ellas añadimos el centro de bacalao confitado.

# BACALAO AL PIL PIL

## INGREDIENTES

- ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 8 TROZOS DE LOMO DE BACALAO DESALADO.
- 5 DIENTES DE AJO.
- 1 GUINDILLA.

## PREPARACIÓN

Poner una cazuela a fuego medio y verter el **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**. Añadir los dientes de ajo en láminas y la guindilla. Cuando empiecen a tomar color, se retiran y reservan.

Se quita la cazuela del fuego y se deja templar. Se introducen en el aceite los trozos de bacalao, con la piel hacia arriba. Se pone nuevamente al fuego la cazuela durante unos 5 minutos aproximadamente.

Se retira la cazuela del fuego y se pasa el bacalao a otra cazuela, siempre con la piel hacia arriba. Se añaden dos cucharadas del aceite en el que acabamos de cocer - freír el bacalao. Se deja fuera del fuego unos 5 minutos para que sude el bacalao.

Se pone a fuego suave la cazuela con el bacalao cuando veamos que va a empezar a hervir se retira fuera del fuego. Vamos removiendo constantemente en vaivén, así se crea una salsa gordita y cremosa, y vamos añadiendo cucharadas del aceite en el que hemos cocido-freído el bacalao, si se empieza a enfriar volvemos a colocar en el fuego para que tome temperatura pero siempre teniendo cuidado de que no hierva.

Servir con la piel de los lomos hacia arriba y cubierto parcialmente de la salsa.



# CARRILLADA DE CERDO

EN SALSA CON ACEITE DE OLIVA D.O. BAENA

## INGREDIENTES

- 150 ML. ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 800 GR. DE CARRILLADA.
- 2 CEBOLLAS.
- 4 DIENTES DE AJO.
- 1 VASO DE VINO BLANCO.
- PIMIENTA EN GRANO.
- 1 VASO DE AGUA.
- SAL.



## PREPARACIÓN

Sofreír la cebolla y el ajo en **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**, a fuego lento. Una vez dorado añadir un vasito de agua y triturar. A continuación, en una olla añadir un poco de **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**, introducir la carrillada cortada en filetes finos y sofreírla, añadiéndole el vino blanco, la cebolla y el ajo triturado, la pimienta y la sal, dejarlo cocer durante 15 minutos.

Se puede acompañar con patatas fritas en **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**.

# PASTA CON ANCHOAS

ALBAHACA Y PIMIENTOS AL ACEITE DE OLIVA D.O. BAENA

## INGREDIENTES

- MEDIO VASO DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 400 GR. DE PASTA.
- 1 RAMO DE ALBAHACA.
- 1 PIMIENTO ROJO.
- 1 PIMIENTO AMARILLO.
- 2 ANCHOAS.
- SAL.



## PREPARACIÓN

Asar los pimientos, pelarlos y cortarlos en tiras. Picar finamente la albahaca y molerla en el mortero junto a las anchoas. Unirle el **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena** y la sal formando una crema. Poner la pasta a hervir en una cazuela en agua con sal por el tiempo indicado por el fabricante de tal manera de que quede "al dente" y después colarla. Poner la pasta en una fuente donde se servirán y cubrirlos con la salsa de anchoas y aceite y los pimientos cortados. Mezclar todo bien y servir.



# ALCACHOFAS A LA PARRILLA

CON ACEITE DE OLIVA D.O. BAENA



## INGREDIENTES

- ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 8 ALCACHOFAS FRESCAS Y GRANDES.
- VINAGRE DE VINO.
- PIMIENTA NEGRA.

## PREPARACIÓN

Sacar las hojas duras de las alcachofas y cortar el tallo. Colocarlas boca abajo en una parrilla. Al poco rato darles la vuelta y rociarlas con vinagre de vino y **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**. Dejar que se vayan tostando y servir las calientes.

# BROCHETAS DE RAPE



## INGREDIENTES

- 2 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 700 G. DE RAPE EN RODAJAS GRUESAS.
- 2 PIMIENTOS VERDES.
- 2 ZANAHORIAS.
- 2 CUCHARADAS DE ZUMO DE LIMÓN.
- 1 CUCHARADA DE FINAS HIERBAS PICADAS.
- PIMIENTA NEGRA.
- SAL.

## PREPARACIÓN

Quitar la piel, retirar la espina y cortar el rape en dados. Poner los pimientos en un cazo con agua hirviendo y dejarlos 5 minutos. Escurrirlos, quitarles los rabitos y las semillas y cortarlo en cuadros. Cortar las zanahorias en trozos grandes y cocerlas unos 5 minutos.

En un bol, poner el zumo de limón y el **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**. Añadir las hierbas y la pimienta al gusto y mezclar bien.

Poner el pescado en una fuente, verter el adobo y dejar reposar 10 minutos.

Untar 8 pinchos con aceite y ensartar de forma alternada el rape y los pimientos. Poner al final de cada pincho un trozo de zanahoria.

Colocar los pinchos en la bandeja del horno y asar en el grill durante 20 minutos, dándoles la vuelta y rociándolos con el jugo de cocción.

# PASTEL DE SALMÓN



## INGREDIENTES

- ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 300 GR. DE SALMÓN DESMIGADO.
- 300 GR. DE GAMBAS CONGELADAS.
- 300 ML. DE NATA PARA COCINAR.
- 1/2 CEBOLLA.
- 1/2 PUERRO.
- 5 HUEVOS DE GALLINA.
- 100 ML. DE SALSA DE TOMATE.
- SAL.
- PIMIENTA NEGRA.

## PREPARACIÓN

Precalentamos el horno a 180°C, cogemos un molde rectangular, lo untamos con un poco **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**, o lo forramos con film. Pochamos la cebolla y el puerro picados en una sartén con **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**, les daremos un hervor a las gambas en una cazo.

En un cuenco añadimos los huevos, los batimos y salpimentamos al gusto. A continuación dejamos templar el pochado de cebolla y las gambas, cuando estén listos añadimos todo al huevo con la nata, la salsa de tomate, el salmón y mezclamos todo.

Volcamos esta mezcla en el molde, y lo introducimos en el horno al baño maría 40-45 minutos, esto dependerá de cada horno, con calor arriba y abajo sin ventilador y sobre la segunda altura del horno empezando por abajo. Una vez listo retiramos y dejaremos enfriar 20 minutos en el molde, pasado este tiempo desmoldaremos sobre una fuente, y decorar al gusto.

# SALMOREJO CORDOBÉS



## INGREDIENTES

- 200 GR. DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 1 KG. DE TOMATES.
- 200 GR. DE PAN DE TELERA CORDOBÉS O PAN CON BUENA MIGA.
- 1 DIENTE DE AJO.
- SAL.

## PREPARACIÓN

Para comenzar lavamos los tomates, retiramos lo verde del péndulo y trituramos. No es necesario pelar ni quitar las pepitas porque después pasamos el puré de tomate por un colador fino.

En un bol colocamos el pan y lo cubrimos con el puré de tomate dejando que se impregne durante unos diez minutos. Pasado ese tiempo, incorporamos el diente de ajo y trituramos bien con la batidora.

A continuación incorporamos el **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**. Tras echar el aceite volvemos a triturar todo hasta que obtenemos un salmorejo uniforme.

Podemos acompañar el salmorejo con un poco de jamón serrano cortado en pequeños tacos y un poco de huevo cocido.

# CARPACCIO DE HIGOS Y JAMÓN

## INGREDIENTES

- 1 DL. DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 500 GR. DE HIGOS FRESCOS.
- 200 GR. DE PALETILLA DE IBÉRICO DE BELLOTA.
- VINAGRE SUAVE DE MANZANA.
- NUECES.



## PREPARACIÓN

Lo primero es pelar lo higos y cortarlos en rodajas finas. Cortamos también la paletilla en lonchas muy finas. Picamos las nueces y elaboramos la vinagreta. Mezclar el **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena** con el vinagre suave de manzana. Servimos los higos en el fondo de un plato, rociamos con la vinagreta y colocamos por encima las lonchas de paletilla. Para terminar colocamos los trocitos de las nueces por encima.

# MUSLITOS DE POLLO

## INGREDIENTES

- 1 VASO DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 1 CEBOLLA GRANDE.
- 2 LIMONES.
- SAL.
- 2 DIENTES DE AJO.
- 150 GR. DE ACEITUNAS.
- 8 MUSLOS GRANDES DE POLLO.
- GRANOS DE PIMIENTA NEGRA Y PIMIENTA DE CAYENA.
- 1 TOMATE.



## PREPARACIÓN

Primero hay que preparar la marinada y para ello tenemos que batir el **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena** con granos los de pimienta molida y pimienta de cayena. Añadir la ralladura de un limón y mezclar con el pollo dejándolo reposar en un cuenco tapado en la nevera. Poner el pollo con un poco de la marinada en una cazuela y sofreír a fuego medio hasta dorar bien los muslitos por todos lados. Pelar y despepitar el tomate; añadirlo en cubitos y remover, dejándolo 5 minutos más a fuego medio. Pelar la cebolla y el ajo y picar en juliana, agregar a la cazuela y rehogar 3 minutos. Añadir el resto de la marinada y regar con el zumo de los dos limones. Por último, agregar las aceitunas y dejar cocinar, tapado, aproximadamente 20 minutos. ¡Ya está listo para servir!



# PASTA CON ANCHOAS

ALBAHACA Y PIMIENTOS AL ACEITE DE OLIVA D.O. BAENA



## INGREDIENTES

- MEDIO VASO DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 400 GR. DE PASTA.
- 1 RAMO DE ALBAHACA.
- 1 PIMIENTO ROJO.
- 1 PIMIENTO AMARILLO.
- 2 ANCHOAS.
- SAL.

## PREPARACIÓN

Asar los pimientos, pelarlos y cortarlos en tiras. Picar finamente la albahaca y molerla en el mortero junto a las anchoas. Unirle el **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena** y la sal formando una crema. Poner la pasta a hervir en una cazuela en agua con sal por el tiempo indicado por el fabricante de tal manera de que quede “al dente” y después colarla. Poner la pasta en una fuente donde se servirán y cubrirlos con la salsa de anchoas y aceite y los pimientos cortados. Mezclar todo bien y servir.

# CAPRICHOS DE QUESO Y GAMBAS



## INGREDIENTES

- ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 16 LÁMINAS DE PASTA BRICK.
- 16 GAMBAS CRUDAS.
- 1 PUERRO.
- 3 CHALOTAS MORADAS.
- 1 TARRINA DE QUESO DE UNTAR.
- 1 NUEZ DE MANTEQUILLA.
- 1 HUEVO BATIDO.
- SAL.

## PREPARACIÓN

Precalentamos el horno a 200°, pelamos las chalotas y las cortamos en juliana muy fina. Cortamos también al puerro la parte verde, le quitamos la primera capa, lo lavamos y cortamos en rodajas muy finas. Pelamos las gambas y las cortamos en 2 o 3 trozos cada una, dependiendo del tamaño. Colocamos a fuego bajo una sartén con un chorrito de **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**. Echamos las chalotas y el puerro, añadimos un poco de sal y pochamos durante 15 minutos. Después lo colocamos sobre un colador para eliminar el exceso de aceite y reservamos.

Cortamos las láminas de pasta en cuadrados de 10 cm. colocando 8 sobre la mesa de trabajo. Fundimos la mantequilla en el microondas y pintamos con la ayuda de un pincel los cuadrados de pasta que hemos preparados, y colocamos otra lámina encima de cada una de manera que los picos formen una estrella. Repartir el sofrito entre los 8 cuadrados de pasta, poner dos gambas troceadas en cada uno y una cucharada de la crema de queso. Cerramos los saquitos, cogiendo primero los picos de la lámina que está debajo (juntar cada pico con el que está enfrente). Atar con hilo de cocina y pintar con huevo batido.

Por último ponemos un papel de horno sobre una bandeja, colocamos encima los saquitos y metemos en el horno hasta que cojan un color ligeramente tostado. ¡Listo para servir!

# FLAMENQUINES

## INGREDIENTES

- 1 VASO DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 8 FILETES DE LOMO DE CERDO CORTADOS MUY FINOS.
- 2 HUEVOS.
- 1 LONCHA DE JAMÓN SERRANO.
- PAN RALLADO.
- SAL.
- PIMIENTA.



## PREPARACIÓN

Lo primero que tenemos que hacer es poner a cocer los huevos hasta que queden duros y dejarlos enfriar. Picamos en dados pequeños la loncha de jamón y pelamos los huevos para trocearlos también en trozos pequeños. Mezclamos los huevos duros con el jamón y reservamos.

Salpimentamos un poco los filetes de lomo de cerdo, que deben de ser muy finos. Colocamos en el centro de cada filete dos cucharadas de la picada de huevo duro y jamón que teníamos reservada y extendemos este relleno a lo largo. Enrollamos la carne sobre el relleno y apretamos ligeramente los extremos.

Enharinamos cada flamenquín haciéndolo girar sobre una fuente con harina de freír. Batimos dos huevos añadiendo algo de sal y pasamos cada flamenquín por el huevo batido y finalmente por pan rallado. Apretar los extremos.

Ponemos a calentar abundante **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena** y, a una temperatura media, freímos los flamenquines dando vueltas para que se doren por todos lados.

# TORTAS DE ACEITE D.O. BAENA

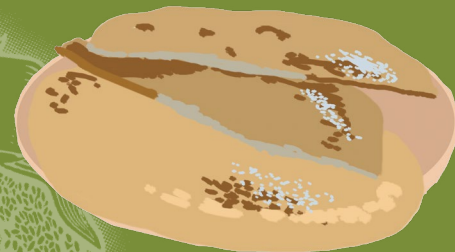
## INGREDIENTES

- 100 ML. DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA D.O. BAENA.
- 300 GR. DE HARINA DE FUERZA.
- 1 CUCHARADITA DE SAL.
- 2 CUCHARADITAS DE ANÍS EN GRANO.
- 150 GR. DE AGUA.
- 50 GR. DE AZÚCAR MORENO.
- 1 SOBRE DE LEVADURA DE PANADERO.
- 1 HUEVO.

## PREPARACIÓN

Ponemos en un cuenco la harina, la sal, el anís, el azúcar, el agua, la levadura y el **Aceite de Oliva Virgen Extra D.O. Baena**. Amasamos unos 5 minutos hasta que la masa quede homogénea, estiramos con el rodillo y cortamos discos de unos 9 cm. Formamos tortitas planas e introducimos en la bandeja del horno, que previamente hemos calentado unos 10 minutos a 220 °C, pinceladas con clara de huevo y azúcar moreno.

Dejamos en el horno unos 13 minutos.



Plaza de la Constitución, s/n  
14850 BAENA (Córdoba)

Teléfono 957 69 11 21 · Fax 957 69 11 10  
Apartado de correos 92

[www.dobaena.com](http://www.dobaena.com) · [olivavirgen@dobaena.com](mailto:olivavirgen@dobaena.com)



Síguenos en:

