

NOTA DE PRENSA

La Casa de la Juventud acoge un taller de cocina en el que aprender a hacer el premiado pincho 'Huerta viva, huerta muerta', de Akari Gastroteka

Mañana comenzará el plazo de inscripción para una actividad que tiene un máximo de 25 plazas que se completarán en orden de inscripción

A partir de mañana viernes, 15 de julio, comenzarán a recogerse inscripciones en las instalaciones de la Casa de la Juventud (calle Sangüesa, 30) para participar en el taller de cocina que tendrá lugar el miércoles 20 de junio a las 18.30 horas. En el Aula de Cocina de la Casa hasta 25 personas podrán iniciarse en la micrococina de altura, de la mano de Javier Zarranz y Goiza Isiegas, del Bar-Restaurante Akari Gastroteka.

Su creación 'Huerta viva, huerta muerta' se ha alzado como pincho ganador de la XX Semana del Pincho de Navarra con dos galardones: 'Reyno Gourmet' y 'Premio a la innovación tecnológica'. El precio de inscripción a la sesión de cocina es de 1 euro y las plazas se atribuirán en orden de inscripción hasta completar el grupo.

La filosofía de este plato es una reflexión sobre la huerta navarra, uno de los elementos más identificativos de la gastronomía de la Comunidad foral. Dentro de la creación culinaria y como contraste, se va a presentar un pincho mediante mini verduras crudas y alimentos vivos (fermentados), la 'Huerta viva', y, por otro lado, se montarán con verduras en elaboraciones que requieren de fuego como pimientos a la llama, calçots y demás verduras tatemadas, la 'Huerta muerta'.

Akari Gastroteka fue el primer bar-restaurant que se abrió en el barrio pamplonés de Lezkairu. Es un espacio que propone cocina de alta calidad y de vanguardia, aunque no se olvida en sus presentaciones de los platos tradicionales. El restaurante ofrece, además, actividades periódicas en las que se acogen exposiciones, catas y maridajes, así como clases de cocina en vivo y tienen presencia en redes sociales.

Pincho emplatado en bancal

El pincho se monta dentro de una 'caja' de madera, que en esta creación simula los límites de una huerta dividida diagonalmente en dos. La parte izquierda lleva en el fondo una emulsión de escalibada a base pimiento rojo de Lodosa, berenjena a la llama y cebolla sobre la que se disponen cenizas crujiente de pan de centeno y unas mini verduras salteadas en mantequilla.



de especias y rebozadas en tempura negra fermentada. La parte derecha es la de 'Huerta viva' representada con una emulsión de espárrago blanco trufada, un polvo helado de pino y guisantes, y unos pickles de verduras, que están fermentadas. La presentación del pincho se acabará en sala, ahumando con un soplete y con una rama de romero la parte 'muerta' de la huerta.

El Aula de Cocina de la Casa de la Juventud está integrada en la oferta joven estable de programación municipal y en todas sus eventos especiales, en la idea de que ese espacio de aprendizaje sirva a los jóvenes para dominar las técnicas de restauración, de cara a la autonomía de la vida adulta. Asimismo desde el Aula de Cocina el Ayuntamiento de Pamplona pretende tener un punto más para la difusión de información sobre salud a través de la dieta, en este caso, orientado a la población joven.

LA RECETA 'HUERTA VIVA, HUERTA MUERTA'

Ingredientes para la emulsión de pimiento escalibado:

- tomate de rama (250 grs.); Pimientos del piquillo Lodosa (500 grs.); una cabeza de ajo; una berenjena; una cebolla; vinagre de Jerez (50 grs.); aceite de oliva virgen extra y sal; xantana (3 grs.)

Realización:

Se asan los tomates y la cabeza de ajos, los pimientos rojos navarros, y la berenjena, ligeramente engrasados a 170°C durante 35 min (hasta ablandar). Se quiten las pieles y se trituran con la xantana, el resto del aceite y el vinagre en thermomix. Se pone el punto de sal y un poco de azúcar y se reservan para conservar en frío.

Ingredientes para la tempura:

- 0,11 kg trisol; 0,13 kg harina; 0,02 kg sal; 0,02 kg azúcar; 0,02 kg levadura prensada húmeda; 0,2 kg agua mineral a 36° y 0,02 kg tinta de chipirón

Realización:

Se juntan todos los ingredientes mezclándolos bien y se dejan fermentar durante 24 horas en la cámara; se hace una segunda fermentación a temperatura ambiente antes de usar. Se untan las verduras asadas con la tempura negra y se fríen en aceite a 200°C. Se sirven directamente o se reservan siempre en caliente.

Ingredientes para la emulsión de espárragos blancos:

- 8 espárragos blancos navarros cocidos; 2 cucharadas de mantequilla; 4 cebollas chalotas finamente laminadas; 6 dientes de ajo confitados; 400 gr de fondo de ave; 150 gr de crema de leche; 200 gr de leche fresca; nuez moscada; 3 grs de xantana; 100 grs de aceite de oliva extra virgen, sal y pimienta negra.

Realización:

En una olla pequeña a fuego bajo se sofríe la mantequilla las chalotas y los ajos confitados hasta que adquiera consistencia de compota. Sazonar e incorporar espárragos. Sofreír un instante y verter fondo de ave. Cuando rompa a hervir retirar. Colocar en un vaso de



thermomix, agregar la xantana y procesar durante 2 minutos a 60 grados en velocidad 3 y 4 minutos en velocidad 8. Colar y colocar en sifón y verter sobre plancha teppan y crear el soporte donde se colocaran las verduras de la huerta viva.

Ingredientes para las **verduras mini**:

- 12 unidades de tomate cherry; 12 zanahorias babys; 4 alcachofas de Navarra; 12 minipuerros

Realización:

Se glasean las mini zanahorias con un poco de mantequilla y romero y reservar; asar los tomates con sal, azúcar y aove 5 minutos a 150°C y reservar; hacer los puerros a la brasa, o al horno y ahumados; envasar las alcachofas cortadas en cuartos al vacío, con un poco de aceite de jamón y una cucharada de escalibada y cocer 35 minutos, y reservar. Aliñar todas las verduras con sal y pimienta y tener a temperatura ambiente todas las verduras. Pasar por tempura y freír la alcachofa y el mini puerro al final de todo.

Ingredientes para la **ceniza de pino y romero**:

- 100 grs aove; 10 grs hojas de pino; 10 grs hojas de romero y 200 grs de maltodextrina

Realización:

Infundonar el aceite a 70°C con las hierbas y dejar 15 minutos tapado, colar. Mezclar con una varilla el aceite añadiendo la maltodextrina poco a poco hasta que la malto absorba por completo el aceite y quede un polvo totalmente seco. Este polvo lo meteremos en nitrógeno líquido para espolvorear sacando “humo” frío al final de todo junto con el romero quemado que nos sacara “humo” caliente.

Para la **tierra negra**:

- 250 grs. de pan molde de centeno; deshidratar, rallar y freír

Pamplona, 14 de junio de 2018

