LAS RECETAS DE LA XII EDICIÓN DE CELICHEF:
un reto entre fogones

Con alimentos de ÁVILA AUTÉNTICA



Proyecto organizado por:

ACECALE
Asociación Celiaca de Castilla y León

Patrocinado por:

ÁVILA
auténtica

ACECALE
Asociación Celiaca de Castilla y León

Edita

© 2026 Asociación Celíaca de Castilla y León (ACECALE)

AUTORES:

Mª Patricia García Egido, Presidenta de ACECALE
César García Garrido, Gerente y Trabajador social de ACECALE
Noelia Rodríguez Sanz, Nutricionista, Dpto. Seguridad Alimentaria de ACECALE

ILUSTRACIONES:

Freepik
Canva

IMÁGENES:

ACECALE

DEPÓSITO LEGAL:

VA 610-2026

Proyecto financiado con la colaboración de Ávila Auténtica

ÁVILA auténtica

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del copyright. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual (Arts. 270 y siguientes del Cófigo Penal).

LAS RECETAS DE LA XII EDICIÓN DE CELICHEF:
un reto entre fogones

Con alimentos de ÁVILA AUTÉNTICA

Proyecto organizado por:

ACESALE
Asociación Celiaca de Castilla y León

Patrocinado por:

ÁVILA
auténtica

PATRICIA GARCÍA EGIDO
PRESIDENTA DE ACECALE



Es una gran satisfacción presentar este recetario, fruto del talento, la creatividad y el esfuerzo de los participantes en la XII edición de Celichef: Un reto entre fogones, una iniciativa impulsada por la Asociación de Celíacos de Castilla y León (ACECALE) que, año tras año, demuestra que la cocina sin gluten ofrece un mundo lleno de posibilidades gastronómicas.

Celichef es mucho más que un concurso de cocina. Es un proyecto educativo, divulgativo y de sensibilización que busca acercar la realidad de las personas celíacas a los futuros profesionales de la gastronomía, fomentando el conocimiento de la enfermedad celíaca y la importancia de garantizar una alimentación segura, variada y de calidad. A través de este reto, todos los participantes tienen la oportunidad de demostrar sus habilidades culinarias, desarrollar su creatividad y aprender que la cocina sin gluten no supone una limitación, sino una oportunidad para descubrir nuevos ingredientes, técnicas y formas de entender la gastronomía.

La enfermedad celíaca exige seguir una dieta estricta sin gluten durante toda la vida. Por ello, resulta fundamental que los futuros profesionales de la hostelería conozcan las necesidades de las personas celíacas y comprendan la importancia de seleccionar correctamente las materias primas, evitar el contacto cruzado y aplicar protocolos de trabajo seguros. Formar y sensibilizar a quienes mañana estarán al frente de cocinas y restaurantes es una de las mejores maneras de avanzar hacia una restauración más inclusiva, preparada y comprometida con la salud del colectivo celíaco.

Esta duodécima edición ha contado con la colaboración de Ávila Auténtica, tanto mediante la provisión de materias primas como a través del patrocinio del proyecto. Desde ACECALE queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento por su implicación y por apostar por una iniciativa que une gastronomía, formación, salud y compromiso social.

Os invito a descubrir y disfrutar de este recetario, elaborado con ilusión, conocimiento y pasión por la cocina. Que estas páginas sirvan de inspiración para seguir explorando, creando y demostrando que, cuando se unen formación, calidad y compromiso, la cocina sin gluten no tiene límites.

Patricia García Egido
Presidenta de ACECALE (Asociación de Celíacos de Castilla y León)

La gastronomía es una de las mejores formas de conocer y disfrutar de un territorio. A través de sus productos, sus recetas y las personas que hay detrás de ellos, descubrimos una parte esencial de nuestra identidad y de nuestra cultura. Pero la gastronomía también debe ser un espacio abierto, capaz de adaptarse a las necesidades de las personas y de ofrecer a todos la posibilidad de disfrutar de la buena cocina.

Este recetario es un buen ejemplo de ello. Sus páginas demuestran que la cocina sin gluten no está reñida con la creatividad, el sabor ni la tradición. Al contrario, constituye una oportunidad para descubrir nuevos ingredientes, explorar combinaciones y poner en valor alimentos que, por su origen y características, forman parte de una despensa tan rica y diversa como la de nuestra provincia.

Ávila cuenta con productores y empresas que trabajan cada día para ofrecer alimentos de calidad, vinculados a nuestro territorio y elaborados con conocimiento, esfuerzo y respeto por la tradición. Los productos que protagonizan estas recetas son también el reflejo de ese trabajo y de un sector agroalimentario que sabe conservar sus raíces y, al mismo tiempo, evolucionar para responder a las nuevas demandas de los consumidores.

Por eso, iniciativas como esta tienen un valor especial. Nos permiten acercar los productos de nuestra tierra a nuevas propuestas culinarias, mostrar sus posibilidades y contribuir a una gastronomía más inclusiva, en la que las personas celíacas puedan disfrutar de la cocina con la tranquilidad y la seguridad que necesitan. Una gastronomía en la que la calidad de los ingredientes y el cuidado en su preparación sean siempre fundamentales.

Quiero agradecer a ACECALE su compromiso y el trabajo que desarrolla para mejorar la calidad de vida de las personas celíacas, así como su apuesta por la formación y la sensibilización de los futuros profesionales de la gastronomía. También mi reconocimiento a todas las personas que han participado en esta edición de Celichef y que, con su talento e imaginación, han hecho posible este recetario.

Os invito a recorrer estas páginas, a probar sus propuestas y a descubrir todo lo que los productos de Ávila pueden aportar a una cocina variada, sabrosa y para todos. Porque disfrutar de nuestra gastronomía es también compartirla, y no hay mejor manera de hacerlo que poniendo el sabor, la calidad y las personas en el centro.

Jesús Martín García
Vicepresidente de la Diputación Provincial de Ávila
Diputado del Área de Medio Ambiente y Desarrollo Rural

JESÚS MARTÍN GARCÍA
VICEPRESIDENTE DE LA DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE ÁVILA



ÁVILA AUTÉNTICA: EL SABOR DE UNA TIERRA CON IDENTIDAD PROPIA

Hay tierras que se reconocen por sus paisajes, otras por su historia… y algunas, como Ávila, también por sus sabores. Sabores que hablan de tradición, de raíces, de saber hacer y, sobre todo, de personas que ponen pasión en cada producto.

Ávila Auténtica es mucho más que una marca: es una forma de sentir, defender y compartir nuestra tierra. Un proyecto impulsado por la Diputación Provincial de Ávila que nace con una misión muy especial: dar visibilidad y poner en valor la riqueza gastronómica de la provincia abulense, apoyar a sus productores y acercar al consumidor productos que llevan el sello de su identidad.

Detrás de cada producto de Ávila Auténtica hay una historia. La de quienes trabajan cada día con dedicación, mantienen vivos los oficios y las tradiciones, cuidan la materia prima y apuestan por la calidad. Pequeños y grandes productores que hacen posible que nuestra despensa sea tan variada como extraordinaria.

Desde las carnes y legumbres que los identifican, hasta los quesos, vinos, aceites, mieles, dulces y tantas otras elaboraciones, Ávila ofrece un auténtico tesoro gastronómico. Productos que nacen de su tierra, de su clima y de una manera muy de entender la vida: sin perder de vista los orígenes, pero mirando siempre hacia el futuro.

Y si hay un lugar donde todos esos sabores cobran vida, es en la cocina. Porque cocinar con productos de Ávila es mucho más que preparar una receta: es rendir homenaje a quienes los elaboran, apostar por lo cercano y convertir cada plato en una pequeña celebración de nuestra identidad.

Por eso, desde Ávila Auténtica queremos invitaros a descubrir, experimentar y disfrutar. A llenar nuestras cocinas de productos con nombre propio, a recuperar sabores, a crear nuevas combinaciones y a demostrar que la tradición y la creatividad pueden sentarse juntas a la mesa.

Porque lo auténtico no necesita grandes artificios. Necesita buen producto, buenas manos y muchas ganas de compartir.
Ávila Auténtica. Una tierra, mil sabores y un orgullo que se cocina cada día.

CELICHEF

XII EDICIÓN

GUÍA DE LA ENFERMEDAD CELÍACA Y LA DIETA SIN GLUTEN

LA ENFERMEDAD CELÍACA

La enfermedad celiaca es un trastorno autoinmune con predisposición genética producido por la ingesta de gluten. Se generan anticuerpos que se unen y destruyen las microvellosidades de la pared intestinal. A día de hoy, la dieta sin gluten es el único tratamiento eficaz para esta enfermedad. Al eliminar esta proteína de la dieta dejan de tener lugar las reacciones inmunitarias que dañan las microvellosidades y poco a poco el intestino comienza a regenerarse.

¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE SEGUIR DE FORMA ESTRICTA LA DIETA SIN GLUTEN?

Se considera una patología sistémica porque no se limita al aparato digestivo, sino que puede comprometer también otros órganos y sistemas, como la piel, los huesos o el sistema nervioso. El sistema inmunitario de estos pacientes siempre reacciona ante la presencia de gluten. Por lo tanto, saltarse la dieta tiene consecuencias, independientemente de si el paciente presenta síntomas o no. Los síntomas más comunes que aparecen tras el consumo puntual de gluten son:

INFANCIA:
Diarrea crónica, pérdida de apetito, distensión abdominal(vientre abultado), pérdida de peso, talla baja, anemia, irritabilidad/tristeza.



ADOLESCENCIA:
Pérdida de apetito, fallo de crecimiento, retraso puberal, irregularidades menstruales, heces pastosas.



ADULTO:
Anemias, dolor abdominal, diarrea crónica y gases, problemas digestivos, falta de apetito, colon irritable, infertilidad o abortos de repetición, osteoporosis, artritis reumatoide, ansiedad/depresión.



Además de la enfermedad celíaca hay otras patologías relacionadas con el gluten, como es la Sensibilidad al gluten no celíaca (SGNC). En las personas que la padecen el organismo reacciona ante el gluten y otros componentes del trigo con síntomas digestivos y extradigestivos, sin embargo, no son celiacos o alérgicos al trigo. Su diagnóstico es por exclusión, ya que no existen marcadores biológicos específicos.

¿CÓMO AFECTA EL GLUTEN EN EL ORGANISMO DE UNA PERSONA CELíACA?

El consumo de gluten desencadena una respuesta autoinmune que lesiona la mucosa del intestino delgado, produciendo atrofia de las vellosidades intestinales. Como consecuencia, disminuye la superficie de absorción y, con el tiempo, se genera una malabsorción de nutrientes esenciales como hierro, calcio, vitamina D y vitaminas del grupo B, entre otros. Además, al tratarse de una enfermedad autoinmune, puede asociarse con otras patologías de la misma base, como diabetes mellitus tipo 1, tiroiditis autoinmune o dermatitis herpetiforme.

Una vez diagnosticada la EC, y realizando una correcta dieta sin gluten, se produce una normalización clínica y los síntomas revierten. Por ese motivo es fundamental el diagnóstico precoz.

¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO MÁS EFICAZ?

Actualmente, no existe una cura para la enfermedad celíaca. El único tratamiento eficaz es una dieta estricta sin gluten (DSG) durante toda la vida.

¿QUÉ ES EL GLUTEN?

El gluten es una proteína que se encuentra en cereales como el trigo, la cebada, el centeno, el triticale, la espelta, algunas variedades de avena y sus derivados.

Esta proteína no aporta valor nutricional, por lo que su eliminación de la dieta no provoca deficiencias. Sin embargo, posee un alto valor tecnológico, lo que explica su amplio uso en la industria alimentaria.

Existen cereales que no contienen gluten y que las personas celíacas puede consumir en su dieta como el arroz, el maíz y el trigo sarraceno, además de otros pseudocereales como la quinoa, el teff, el amaranto, el mijo y el sorgo.



TRIGO



CEBADA



CENTENO

ARROZ



MAÍZ



TRIGO SARRACENO

DIETA SIN GLUTEN

CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS

Para llevar a cabo una dieta sin gluten adecuada y segura es importante conocer la clasificación de alimentos, saber cuáles son susceptibles de tener gluten, cuales se pueden consumir sin problemas y con cuales debemos ser más precavidos. Esta clasificación divide los alimentos en productos genéricos y no genéricos.

GENÉRICOS

Son aquellos que por naturaleza no contienen gluten y por lo tanto pueden consumirse de cualquier marca. En ocasiones podemos encontrar en este tipo de productos etiquetas preventivas "puede contener trazas de gluten". Por ello, recomendamos leer siempre la etiqueta del producto y adquirir aquellos que no indican este tipo de información .



NO GENÉRICOS

CONVENCIONALES

Aquellos que por su proceso de elaboración o por sus ingredientes pueden resultar contaminados con gluten. Debes comprobar si aparece en Lista de Alimentos sin gluten, en sinGLU10, si posee la Marca Registrada "Espiga Barrada" (ELS) o si lleva la mención "sin gluten".



ESPECÍFICOS

Son los productos elaborados específicamente para celiacos. Deben tener la Marca Registrada "Espiga Barrada" (ELS), aparecer en la Lista de Alimentos sin gluten o en sinGLU10 y/o indicar la mención "sin gluten" (<20 ppm) para garantizar la ausencia de gluten.



PROHIBIDOS

Aquellos que contienen cereales con gluten o derivados además de productos elaborados artesanalmente y/o granel.



SIMBOLOGIA DE LOS PRODUCTOS SIN GLUTEN

ESPIGA BARRADA "ELS"

Para que este símbolo tenga validez y demuestre que el producto está realmente certificado, debe ir siempre acompañado de un código alfanumérico de 8 dígitos concedido por la asociación que lo ha certificado, que determina el número de licencia y/o registro de dicho producto.

Se trata de un símbolo registrado que garantiza un contenido de gluten inferior a 20 ppm en el producto final. Este código recoge la siguiente información:



XX-YYY-ZZZ

- XX: Código del país. Como el ELS es una certificación europea, se pueden encontrar productos certificados por asociaciones de celíacos de otros países. En el caso de productos certificados por España los códigos siempre comenzarán por ES.
- YYY: Código correspondiente a la empresa.
- ZZZ: Código del producto.

COMPROBANDO QUE NINGUNO DE LOS INGREDIENTES CONTENGA GLUTEN

El Reglamento (UE) N.º 1169/2011 regula la información alimentaria facilitada al consumidor. Obliga a los establecimientos a añadir una lista de ingredientes: indicando todo aquel que cause alergias o intolerancias alimentarias que se utilice en la elaboración del alimento y siga presente en el producto terminado. Existen 14 alérgenos de declaración obligatoria, destacando en este caso la presencia de cereales con gluten. Estos deben ser destacados tipográficamente o bien indicar ¨contiene¨ seguido del alérgeno en productos que carezcan de lista de ingredientes.



¿Qué significa?

La declaración de ¨posible presencia no intencionada¨ no es obligatoria. En este sentido, la posible contaminación con gluten que pudiera sufrir un producto puede no ser mencionada ni considerada en el mismo. Por eso es importante que los alimentos convencionales estén etiquetados con el logo o leyenda ¨sin gluten¨ o dispongan de la Espiga Barrada.

SÍMBOLOS O LEYENDAS SIN GLUTEN

Estos símbolos y leyendas son regulados mediante el Reglamento (UE) N.º 828/2014 sobre la ausencia o presencia reducida o aliado de gluten en los alimentos, pasando a regular las menciones ¨sin gluten¨ y ¨muy bajo en gluten¨ (queda derogado así el anterior Reglamento (UE) N.º 41/2009).
Este reglamento establece las siguientes declaraciones autorizadas sobre la ausencia o la presencia reducida de gluten en los alimentos y sus condiciones.



- ¨Sin gluten¨: solamente podrá utilizarse cuando los alimentos, tal como se venden al consumidor final, no contengan más de 20 ppm de gluten.
- ¨Muy bajo en gluten¨: solamente podrá utilizarse cuando alimentos que consistan en trigo, centeno, cebada, avena o sus variedades híbridas, o que contengan uno o más ingredientes hechos a partir de estos cereales, que se hayan procesado específicamente para reducir su contenido de gluten, no contengan más de 100 mg/kg de gluten en el alimento tal como se vende al consumidor final.

Las menciones anteriores podrán ir acompañados de las siguientes declaraciones:

- ¨Adecuado para personas con intolerancia al gluten¨.
- ¨Adecuado para celíacos¨.
- ¨Específicamente para personas con intolerancia al gluten¨.
- ¨Elaborado específicamente para celíacos¨.

¿Qué significa?

- Los operadores y fabricantes de productos alimenticios que usen la mención ¨sin gluten¨ garantizan un contenido en gluten inferior a 20 ppm.
- ACECALE recuerda al colectivo que únicamente la mención ¨sin gluten¨ es segura para las personas celíacas.

CONTACTO CRUZADO POR GLUTEN

El contacto cruzado por gluten ocurre cuando un alimento que originalmente no contiene gluten entra en contacto con gluten durante su preparación, manipulación o almacenamiento.

PRECAUCIONES A LA HORA DE COCINAR:



- Elegir productos sin gluten, es decir, genéricos; productos que se encuentren en la lista de alimentos sin gluten; certificados con el símbolo ELS; o que tengan la mención sin gluten.
- Lavarse las manos con agua y jabón.
- Limpiar la encimera con agua y jabón antes de empezar a cocinar.
- Es recomendable utilizar una tabla de cortar exclusiva de plástico.
- Primero cocinar los platos con ingredientes sin gluten.
- El aceite y el agua para cocer deben de estar limpias.
- Es recomendable marcar claramente los productos sin gluten (harinas, pan rallado, galletas, pasta...) y, si es necesario, utilizar una zona o estante específico para los alimentos destinados a la persona celíaca. Almacenarlos siempre bien cerrados

ELECTRODOMÉSTICOS:

- Microondas: cubrir siempre el plato de alimentos sin gluten con una tapa.
- Freidora: No freír alimentos con gluten en el mismo aceite.
- Horno: no hornees simultáneamente productos con y sin gluten si tu horno es de aire. Sitúa el producto sin gluten en la bandeja superior.
- Bolsitas termorresistentes: utilizar bolsitas protectoras termorresistentes o colocar alimentos en un recipiente que impida que toquen la parrilla directamente.
- Tostador: es recomendable tener un tostador exclusivo.

CUBERTERÍAS Y UTENSILIOS

- Es preferible utilizar menaje y cubertería de metal o plástico, en vez de materiales porosos como la madera.
- Mantener las bayetas, delantales, servilletas y manteles limpios.



XII EDICIÓN

GUÍA DE RECETAS PRESENTADAS AL CONCURSO DE CELICHEF: UN RETO ENTRE FOGONES

Las siguientes recetas mantienen el formato original presentado por los concursantes, alumnos de las diferentes escuelas de cocina de Castilla y León por lo que la explicación y forma de redacción varía de unas a otras.

DICCIONARIO DE ABREVIATURAS

- C/s: cucharada sopera
- C/p: cucharada de postre
- C/n: cantidad necesaria
- AOVE: Aceite de Oliva Virgen Extra
- G: gramos
- Kg: kilogramos
- Mg: miligramos
- Ml: milímetros
- L: litros
- Ud.: Unidad

ENTRANTES

Celichef

PASTA FRESCA RELLENA DE TRUCHA CON SALSA AMERICANA DE CANGREJO Y COCO

FATOU SANE – CLARA CARREÑO



INGREDIENTES

Pasta fresca

- 37 g Harina de maíz cruda.
- 50 g Almidón de maíz.
- 13 g Almidón de tapioca.
- 2 g Goma xantana.
- 1 g Sal.
- 75 g Agua hirviendo.
- 50 g Harina de arroz.

Relleno de la pasta

- 100 g Filetes de trucha desespinada.
- 50 g Puerro.
- 20 g Mantequilla.
- C/s Sal/ pimienta blanca.

Salsa americana

- 100 g Cebolla.
- 50 g Pimiento rojo.
- 1 ud. Diente de ajo sin germen.
- 50 g Zanahoria.
- 50 g Tomate rallado.
- 20 g AOVE de Ávila Auténtica.
- 3 g Pimentón de Ávila Auténtica.
- 25 ml Coñac.
- 0.5 l Agua.
- C/s Sal/ Pimienta blanca.
- 25 g Leche de coco, parte densa.
- 500 g Cangrejos de rio.

MODO DE ELABORACIÓN

1. Para la pasta fresca: En un bol, mezcla los ingredientes secos, excepto el almidón de tapioca: la harina, el almidón de maíz, la sal y la goma xantana. Remueve bien para que queden integrados de manera uniforme. Coloca el almidón de tapioca en un recipiente amplio y añade el agua hirviendo. Remueve con una espátula hasta que el almidón comience a gelificar. Incorpora poco a poco la mezcla de ingredientes secos y remueve con la espátula hasta que la masa adquiera consistencia y resulte difícil seguir trabajando con ella en el recipiente. Pasa la masa a la mesa de trabajo y amasa durante varios minutos, hasta obtener una masa lisa, fina y homogénea. Si la masa se pega a las manos, envuélvela en film transparente y déjala reposar unos minutos para facilitar el amasado. Cuando la masa deje de estar pegajosa, espolvorea ligeramente la superficie de trabajo con harina de arroz o almidón para evitar que se adhiera. la masa con un rodillo y termina de afinarla con la máquina de pasta, hasta conseguir el grosor deseado.
2. Para el relleno: Cortamos el puerro y lo cocinamos a fuego suave con mantequilla hasta que quede tierno, sin que llegue a dorarse demasiado. Incorporamos la trucha al puerro y la cocinamos hasta que esté hecha. Después, retiramos del fuego y dejamos enfriar la preparación.
3. Para la salsa americana: Cortamos las verduras en trozos pequeños y separamos las cabezas de los cuerpos del cangrejo, reservándolos para las distintas elaboraciones. Doramos bien las cabezas de cangrejo para extraer todo su sabor. Añadimos las verduras y las rehogamos hasta que estén ligeramente pochadas. Incorporamos el pimentón, procurando que no se queme, y añadimos el tomate y el agua para formar el caldo. Dejamos cocer el caldo para que adquiera todo el sabor del cangrejo. Mientras tanto, cocemos los cuerpos y retiramos la carne de las cáscaras. Una vez bien cocido, colamos el caldo para retirar las cabezas y las verduras. Lo reducimos para concentrar su sabor y finalmente incorporamos la leche de coco. la elaboración y corregimos el punto de sal antes de servir.

EMPLATADO

Colocamos una base de salsa americana en el fondo del plato. Encima, disponemos cuidadosamente el fagottini de pasta fresca relleno de trucha, procurando que quede centrado y bien presentado.

*Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica

LA CORTEZA DEL CONTRASTE

SANDRA ESCRIBANO – LAURA MANCEBO



INGREDIENTES

Mantequilla

- 12 g Miso de soja.
- 18 g Miel de Ávila Auténtica.
- 2 g Pimentón de Ávila Auténtica.
- 2 g Sal.
- 1l Nata.

Pan de hogaza

- 65 g Harina de trigo sarraceno de Ávila Auténtica.
- 50 g Almidón de tapioca.
- 45 g Harina de arroz.
- 200 g Agua.
- 5 g Psyllium.
- 4,8 g Xantana.
- 10 g Azúcar.
- 5 g Sal.
- 2 g Vinagre.
- 4 g Levadura fresca.

MODO DE ELABORACIÓN

1.Elaboramos la mantequilla:

- Enfriar bien la nata y batir hasta que se separe en dos partes: mantequilla sólida y suero líquido.
- Colar la mezcla y presionar la mantequilla para eliminar el suero.
- Lavar la mantequilla con agua helada, amasándola suavemente. Cambiar el agua 2-3 veces hasta que salga limpia.
- Escurrir bien y añadir el miso.
- Mezclar hasta conseguir una textura homogénea.
- Formar un cilindro con film transparente.

2.Refrigeramos y formamos las quenelles: Dejamos enfriar las mantequillas aromatizadas en refrigeración hasta que adquieran una textura firme. Después, formamos las quenelles con ayuda de dos cucharas.

3.Elaboramos la masa de pan: Mezclamos todos los ingredientes y amasamos hasta obtener una masa homogénea, elástica y sin grumos.

4.Fermentamos en banneton: Colocamos la masa en el banneton previamente enharinado y dejamos fermentar hasta que aumente de volumen.

5.Horneamos: Introducimos el pan en el horno y cocemos durante 10 minutos a 200 °C. Después, bajamos la temperatura a 180 °C y continuamos la cocción durante 35 minutos.

6.Enfriamos: Retiramos el pan del horno y lo colocamos sobre una rejilla para que se enfríe completamente y conserve una buena textura.

EMPLATADO

Colocamos el pan sobre la tabla y lo acompañamos con dos quenelles de mantequilla. Terminamos espolvoreándolas ligeramente con pimentón y añadiendo unos puntos de miel de Ávila Auténtica para aportar aroma, sabor y contraste.

***Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica**

CELITACO

JUAN CARLOS GONZÁLEZ – REGINALDO IVINA



INGREDIENTES

Tortilla:

- 200 g Harina de maiz blanca.
- 200 g Harina de maiz amarilla.
- 590 g agua.

Salsa brava

- 100 g Cebolla.
- 1 diente de Ajo.
- 4 Cayenas.
- 200 g Tomate triturado.
- 10 g Miel de Ávila Auténtica.
- 15 ml AOVE de Ávila Auténtica.
- Sal.

Relleno

- 1,3 kg Contramuslo de pollo deshuesado.
- 2 ud. Cebollas.
- 3 ud. Zanahorias.
- 1 ud. Pimiento verde.
- 1 ud. Pimiento rojo.
- 1 Cayena.
- 2 ud. Dientes de ajo.
- 100 ml vino blanco.
- C/s AOVE Ávila Auténtica.
- Pimienta.
- Sal.

MODO DE ELABORACIÓN

1. Para el relleno:

- Cortamos las hortalizas y el pollo: Picamos las hortalizas en brunoise, en dados pequeños y regulares. Cortamos el pollo en mirepoix, en trozos de tamaño similar para conseguir una cocción uniforme.
- Sofreímos las verduras y añadimos el pollo: Calentamos el AOVE en una sartén y pochamos las verduras a fuego medio hasta que estén tiernas. Añadimos el pollo y lo cocinamos hasta que comience a dorarse.
- Incorporamos el vino y dejamos que el alcohol se evapore. Continuamos cocinando hasta que el pollo quede bien dorado y la preparación reduzca ligeramente. Reservamos.

2. Elaboramos y cocinamos los tacos: Mezclamos las harinas con el agua y amasamos hasta obtener una masa homogénea. La estiramos muy fina y cortamos en pequeños tacos. Los cocinamos en una sartén con unas gotas de aceite hasta que estén hechos y ligeramente dorados.
3. Elaboramos la salsa brava: Pochamos la cebolla, el ajo y las cayenas con un poco de aceite hasta que estén tiernos. Añadimos el tomate y cocinamos a fuego suave hasta que la salsa reduzca y adquiera una textura más concentrada. Incorporamos la miel de Ávila Auténtica para aportar un ligero contraste dulce. Trituramos la salsa hasta conseguir una textura fina y homogénea.
4. Servimos los tacos de pollo acompañados de la salsa brava.

EMPLATADO

Colocamos la tortilla en el centro del plato y la rellenamos con la mezcla de pollo y verduras. Cerramos ligeramente la tortilla para darle forma y terminamos añadiendo la salsa brava por encima, procurando que quede bien repartida.

*Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica

EL RIO: TRUCHA, AJOBLANCO Y CRUJIENTE DE OKARA

ADRIANA PÉREZ – JAN GARCÍA



INGREDIENTES

Trucha:

- 1 ud. Trucha.
- 220 g Sal.
- 220 g Azúcar.
- C/s Eneldo.
- C/s Ralladura de lima.

Escamas:

- C/s Escamas de pescado.
- C/s Almidón de yuca.

Ajoblanco:

- 150 g Almendras.
- 300 g Agua.
- 20 g AOVE Ávila Auténtica.
- 30 g Zumo de lima.
- C/s Sal.

Cebolla encurtida:

- 1 ud. Cebolla morada.
- 100 g Vinagre de arroz.
- C/s Azúcar.
- C/s Sal.

Aceite de eneldo:

- 75 g Aceite de girasol.
- C/s Eneldo.
- 10 g Perejil.

Crujiente de okara:

- 50 g Preparado de harinas de okara, soja y maíz.
- 55 g Agua.
- 6 ml AOVE Ávila Auténtica.

MODO DE ELABORACIÓN

1. Curado de la trucha: Cubrimos la trucha con la mezcla de curado y dejamos reposar durante 1 hora para que adquiera sabor y firmeza.
2. Para preparar el ajoblanco: Tostamos las almendras hasta que estén ligeramente doradas y desprendan su aroma. Dejamos enfriar antes de triturarlas.
3. Elaboramos la crema de almendras: Trituramos las almendras tostadas y emulsionamos con el AOVE de Ávila Auténtica hasta obtener una crema fina y homogénea.
4. Para el crujiente de Okara: Calentamos el agua y añadimos el resto de los ingredientes. Amasamos hasta obtener una masa homogénea y dejamos reposar. Después, colocamos la masa en los moldes y horneamos a 200 °C durante 7–8 minutos. en la Air fryer.
5. Encurtimos la cebolla: Cortamos la cebolla finamente en juliana y la dejamos en el líquido de encurtido durante 40 minutos para conseguir una textura crujiente y un sabor ligeramente ácido.
6. Preparamos las escamas: Blanqueamos las escamas, las secamos cuidadosamente y enharinamos con el almidón de yuca, a continuación las freímos hasta que queden crujientes.
7. Preparamos el tiradito de trucha: Lavamos la trucha para retirar el exceso de curado, la secamos bien y la cortamos en láminas finas, tipo tiradito.
8. Aceite de eneldo: Escaldamos el perejil durante unos segundos y lo enfriamos rápidamente en agua con hielo. Trituramos el aceite junto con el perejil y el eneldo hasta obtener una mezcla homogénea. Colamos para eliminar los restos sólidos y reservamos el aceite hasta su utilización.

EMPLATADO

Disponemos la trucha de forma ordenada en el plato y añadimos la cebolla encurtida y el crujiente de okara. Incorporamos las escamas sufladas para aportar textura y terminamos con el ajoblanco y unos puntos de aceite de eneldo.

***Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica**

CREMOSO DE MORCILLA CON MAZAPÁN DE PIMENTÓN Y PASIFICACIÓN DE AJOBLANCO DE ALMENDRAS TIERNAS

HELENA GARCÍA – ROGELIO LEMUS



INGREDIENTES

Cremoso

- 100 g Leche .
- 100 g Morcilla de sangre .
- 100g Paté de morcilla de Ávila Auténtica.
- 8 hojas/kilo Hojas de gelatina hidratadas .

Mazapán

- 450 g Almendra molida.
- 300 g Azúcar.
- 100 g Agua.
- 1 ud Clara de huevo.
- 5 g Pimentón de Ávila Auténtica.
- 3 g Comino.
- 2 gotas Colorante alimentario rojo.

Pasificación

- 500 g Almendra.
- 1 l Leche sin lactosa.
- ½ l Agua.
- 250 g Almendra tierna.
- 100 g Agua.
- 200 g Leche sin lactosa.
- 100 g Aceite de girasol.
- ½ diente Ajo.
- 0'3 g Goma xantana.
- 6 g/ 1l agua Alginato de sodio.
- 12 g/ 1 kg Gluconolactato cálcico.

EMPLATADO

Desmoldamos cuidadosamente el cremoso de morcilla y cortamos el mazapán de manera que pueda rodearlo. Colocamos el cremoso en el centro del plato y disponemos una esfera de ajoblanco a cada lado. Terminamos la presentación con una almendra tierna para aportar frescura y un toque decorativo.

MODO DE ELABORACIÓN

Para el cremoso:

1. Calentamos todos los ingredientes en un cazo hasta integrar bien la mezcla, sin necesidad de llevarla a ebullición. Trituramos hasta obtener una textura fina y homogénea y pasamos la mezcla por un colador para eliminar posibles grumos.
2. Pesamos la mezcla resultante para calcular la cantidad de gelatina necesaria. Separamos una pequeña parte, la calentamos y añadimos la gelatina previamente hidratada, mezclando hasta que se disuelva por completo. Incorporamos esta parte al resto de la mezcla y homogeneizamos.
3. Colamos nuevamente y vertemos en un molde con forma de cubo. Filmamos a piel para evitar la formación de una película en la superficie y dejamos reposar en frío hasta que el cremoso quede completamente solidificado.

Para el mazapán:

1. Trituramos la almendra hasta obtener una textura fina y la pasamos al bol de la batidora equipada con la pala.
2. Elaboramos un almíbar (con el agua y el azúcar) y, una vez caliente, lo incorporamos poco a poco a la almendra mientras la batidora está en funcionamiento.
3. Añadimos las especias y el colorante y continuamos mezclando hasta conseguir una masa homogénea.
4. Pasamos rápidamente la mezcla a la encimera para facilitar su enfriamiento. Cuando esté templada, incorporamos poco a poco la clara de huevo, añadiendo únicamente la cantidad necesaria para conseguir una textura manejable que permita estirar el mazapán con el rodillo.

Pasificación del ajoblanco

1. Hidratamos la almendra. Dejamos reposar la almendra en una mezcla de leche y agua durante 24 horas para que se hidrate y adquiera una textura más tierna.

Elaboramos el ajoblanco.

1. Incorporamos la almendra hidratada junto con el resto de los ingredientes y trituramos hasta obtener una mezcla fina y homogénea.
2. Añadimos el gluconato.
3. Incorporamos el gluconato al ajoblanco y trituramos nuevamente hasta integrarlo por completo. Dejamos reposar la mezcla para que pierda el aire incorporado durante el triturado.
4. Formamos las esferas.
5. Una vez reposada la elaboración, formamos las esferas de ajoblanco con la técnica correspondiente y las dejamos estabilizar.

Pasificamos las esferas: Colocamos las esferas sobre una bandeja de horno cubierta con una lámina de silicona, dejando espacio entre ellas. Introducimos la bandeja en el horno a 90 °C y las dejamos secar, girándolas de vez en cuando para conseguir un secado uniforme. Continuamos el proceso hasta que las esferas alcancen la textura deseada, con el exterior seco y una consistencia adecuada en su interior.

***Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica**

TARTALETA CON CARBONARA LIGERA, TRIO DE FALSO CAVIAR Y AIRE DE PIMIENTA

ANDREA DELGADO – AMANDA LÓPEZ



INGREDIENTES

Caviar de cebolla encurtida

- 15 g Cebolla morada.
- 5 ml AOVE de Ávila Auténtica.
- 15 ml Vinagre de manzana.
- 2 g Laurel.
- 2 g Agar-agar.

Aire de pimienta negra

- 50 ml Agua.
- 2 g Pimienta negra.
- 1 g Lecitina de soja.
- 1 g Sal.

Crema de carbonara

- 1 ud. Yema de huevo.
- 10 g Grasa de guanciale.
- 2 g Sal.

Falso caviar de morcilla

- 20 g Paté de morcilla de Ávila Auténtica.
- 10 ml Agua.
- 2 g Agar-agar.

Tartaleta

- 60 g Harina de garbanzo.
- 20 g Mantequilla.
- 1 ud Huevo.
- 2 g Sal.

MODO DE ELABORACIÓN

Para la tartaleta:

1. Mezclamos las harinas con la sal y la mantequilla cortada en dados. Incorporamos el huevo y amasamos, añadiendo agua poco a poco hasta obtener una masa homogénea. Dejamos reposar durante 30 minutos.
2. Estiramos la masa hasta conseguir un grosor de 2–3 mm y forramos los moldes. Pinchamos la base para evitar que se hinche durante la cocción y horneamos a 180 °C durante 10 minutos. Retiramos y dejamos enfriar.

Para la crema carbonara:

- Cocinamos el guanciale hasta que esté dorado y crujiente y lo separamos de la grasa. Mezclamos las yemas y añadimos la grasa del guanciale. Cocinamos la mezcla al baño María, removiendo constantemente, hasta conseguir una emulsión cremosa y homogénea.

Para el caviar de cebolla encurtida:

- Preparamos el líquido de encurtido y lo llevamos a ebullición. Dejamos enfriar y utilizamos parte del líquido para encurtir la cebolla. Trituramos la cebolla encurtida y colamos la mezcla para obtener una textura fina. Añadimos el agar-agar, llevamos nuevamente a ebullición y dejamos templar. Introducimos la mezcla en un biberón y formamos el caviar dejando caer pequeñas gotas sobre aceite muy frío.

Para el falso caviar de morcilla:

- Trituramos la morcilla y pasamos la mezcla por un colador para obtener una textura fina. Incorporamos el agar-agar y llevamos a ebullición para activarlo. Dejamos templar ligeramente y formamos las esferas goteando la mezcla sobre aceite muy frío.

Para el aire de pimienta negra:

- Infusionamos la pimienta negra en el líquido correspondiente para extraer todo su aroma. Colamos la infusión y añadimos la lecitina. Trituramos en la superficie para incorporar aire y formar una espuma ligera y estable.

EMPLATADO

Colocamos la tartaleta en el centro del plato y la rellenamos cuidadosamente con la crema carbonara. Disponemos los falsos caviares de morcilla y cebolla encurtida alrededor del borde de la tartaleta. Terminamos colocando el aire de pimienta negra sobre la crema para aportar ligereza y aroma.

***Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica**

PLATOS PRINCIPALES

Celichef

SOLOMILLO WELLINGTON CON PAN DE HAMBURGUESA

FATOU SANE – CLARA CARREÑO



INGREDIENTES

Pan de hamburguesa

- 450 g Almidón de maíz.
- 50 g Almidón de patata.
- 60 g Azúcar.
- 15 g Psyllium.
- 18 g Goma xantana.
- 10 g Clara de huevo.
- 10 g Sal.
- 10 g Impulsor.
- 350 g Agua.
- 2 huevos.
- 5 g Vinagre.
- 80 g Margarina.
- 8 g Levadura seca.
- C/s Colorante negro carbón vegetal.
- 450 g Almidón de maíz.
- 50 g Almidón de patata.

Salsa española

- 1 Kg de huesos de ternera.

Relleno de la ración

- 180 g Tournedó de ternera.
- 20 g Cebolla caramelizada.
- 10 g Crema de higo agridulce.

Guarnición

- 100 g Judías de El Barco de Ávila de Ávila Auténtica.
- 5 g Paté de morcilla de Ávila Auténtica.
- 100 g Puré de patata con aceite de oliva.
- 20 g Higo agridulce en gajos.
- 20 g Cebolla roja encurtida en Zumo de lima.
- 5 g Ralladura de lima.
- C/s Hojas de menta.
- 100 g Vinagreta (AOVE, sal, vinagre).

MODO DE ELABORACIÓN

1. Elaboración de la masa de pan:
   - Amasamos la masa del pan de hamburguesa hasta obtener una textura lisa y homogénea. Dividimos en porciones y boleamos. Reservamos dos pequeñas piezas y las teñimos con colorante negro carbón. Dejamos fermentar.
2. Preparación del solomillo:
   - Limpiamos el solomillo y lo marcamos a fuego fuerte por todos sus lados. Dejamos templar antes de envolverlo.
3. Montaje y horneado:
   - Estiramos la masa y envolvemos completamente el solomillo.
   - Con la masa negra formamos una rejilla decorativa sobre el pan.
   - Dejamos fermentar y horneamos a 200 °C durante 20 minutos. Dejamos reposar unos minutos antes de cortar.
4. Judiones de Ávila:
   - Cocemos los judiones de Ávila Auténtica hasta que estén tiernos. Escurrimos y aliñamos con una vinagreta.
5. Puré de patata:
   - Cocemos las patatas y las trituramos hasta obtener un puré fino.
   - Emulsionamos con AOVE de Ávila Auténtica y rectificamos de sal.
6. Salsa de vino tinto:
   - Tostamos los huesos y las hortalizas, desglasamos con vino tinto y dejamos reducir.
   - Colamos, espesamos con harina de maíz y rectificamos de sal. Reservamos caliente.

EMPLATADO

Cortamos el solomillo Wellington en porciones y lo colocamos en el plato acompañado de una quenelle o porción de puré de patata y los judiones aliñados. Terminamos con la salsa de vino tinto alrededor de la carne y servimos inmediatamente.

*Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica

EQUILIBRIO INTERIOR

SANDRA ESCRIBANO – LAURA MANCEBO



INGREDIENTES

- 5 g AOVE de Ávila Auténtica.
- 90 g judías de el Barco de Ávila de Ávila Auténtica.
- 90 g Harina de arroz.
- 55 g Almidón de tapioca.
- 30 g Fécula de patata.
- 8 g Psyllium molido.
- 6 g Sal.
- 130 g Agua.
- 180 g Queso ricotta.
- 1 ud. pera.
- 35 g Parmesano.
- C/s Nuez moscada.
- 50 g mantequilla.
- 40 g Paté de morcilla de Ávila Auténtica.
- 70 g agua de cocción de pasta.
- C/s Pimienta negra.
- C/s limón.

MODO DE ELABORACIÓN

1. Elaboración puré de alubias:

- Cocer las alubias hasta que estén muy tiernas. Triturar las alubias con un poco de agua caliente o caldo hasta obtener una textura cremosa.
- Añadir aceite de oliva poco a poco mientras se tritura para darle untuosidad. Ajustar la textura añadiendo líquido progresivamente hasta conseguir un puré liso y homogéneo. Sazonar con sal y pimienta.

2. Elaboración de la masa:

- Se mezclan los ingredientes secos —harina de arroz, tapioca, fécula, psyllium y sal— para distribuirlos de forma homogénea.
- Se incorpora progresivamente el puré de alubias, el aceite y el agua caliente, realizando una hidratación gradual.
- Se amasa hasta obtener una masa firme, homogénea y plástica, que se deja reposar tapada durante 30 minutos para favorecer su hidratación y cohesión.
- Posteriormente, se lamina con rodillo hasta alcanzar el grosor deseado y se corta en láminas para el relleno. La pasta se cuece en agua hirviendo durante aproximadamente 2 minutos.

3. Elaboración del relleno:

- Se corta la pera en brunoise muy fina y se mezcla con la ricota, la sal, la pimienta y la nuez moscada hasta obtener una preparación homogénea y firme. Se colocan pequeñas porciones sobre las láminas de pasta, se humedecen ligeramente los bordes, se doblan y se sellan, eliminando previamente el aire del interior. Se dejan secar durante unos 10 minutos para mejorar su resistencia.

4. Elaboración de la salsa:

- Se funde la mantequilla y se cocina hasta obtener un color avellana y aromas tostados. Se reduce el fuego y se incorpora el paté, integrándolo de forma controlada. Finalmente, se añade poco a poco el agua de cocción mientras se agita la sartén, formando una emulsión brillante y con capacidad de napar.

EMPLATADO

Se disponen los raviolis de forma ordenada en el plato y, a continuación, se cubren con la salsa caliente. Finalmente, se añade un toque de especias por encima para aportar aroma y completar la presentación del plato.

***Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica**

EMPANADA DE CARNE MECHADA

JUAN CARLOS GONZÁLEZ – REGINALDO IVINA



INGREDIENTES

- 1 kg de falda de ternera.
- 3 uds. cebollas.
- 1 ud. pimiento rojo.
- 1 ud. pimiento verde.
- 800 g de cebolla china.
- 1 cabeza de ajo.
- 3 uds. tomates.
- 2 kg de harina de maíz.
- 100 g de mantequilla.
- C/s Sal.
- C/s Pimienta.
- C/s Orégano.
- AOVE Ávila Auténtica.

MODO DE ELABORACIÓN

Elaboración del relleno:

- Cocer la falda de ternera hasta que esté tierna y desmecharla en hebras finas.
- Picar las cebollas, los pimientos, la cebolla china, el ajo y los tomates.
- Sofreír las verduras con parte de la mantequilla hasta que estén bien pochadas.
- Incorporar la carne desmechada, el orégano, la sal y la pimienta.
- Añadir una pequeña cantidad del caldo de cocción y cocinar hasta obtener un relleno jugoso pero sin exceso de líquido.
- Dejar enfriar.

Elaboración de la masa:

- Mezclar la harina de maíz con sal.
- Añadir agua caliente poco a poco y mezclar hasta obtener una masa homogénea.
- Incorporar la mantequilla y amasar hasta conseguir una textura suave, firme y manejable.
- Dejar reposar la masa tapada durante unos 15-20 minutos.
- Dividir la masa en porciones y formar discos finos.
- Colocar una pequeña cantidad de relleno en el centro, doblar la masa y cerrar los bordes presionando bien para evitar que se abran durante la fritura.

Fritura:

Calentar abundante aceite y freír las empanadas a temperatura media-alta (aproximadamente 170-180 °C) hasta que estén doradas y crujientes. Retirar y colocar sobre papel absorbente para eliminar el exceso de grasa.

EMPLATADO

Se coloca la empanada frita en el plato de forma ordenada, procurando que quede visible su acabado dorado y crujiente. Se puede acompañar con una pequeña cantidad de salsa o guarnición, y finalizar con un toque de especias o hierbas frescas para aportar color, aroma y un acabado atractivo.

***Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica**

LA TIERRA:
SOLOMILLO, MANZANA Y SARRACENO

ADRIANA PÉREZ – JAN GARCÍA



INGREDIENTES

Gallete de trigo sarraceno:

- 100 g de harina de trigo sarraceno de Ávila Autentica.
- 200 ml de agua.
- 1 huevo.
- 10 ml de AOVE de Ávila Auténtica.
- C/ s Sal.

Cremoso de morcilla:

- 2 cucharadas de paté de morcilla de Ávila Autentica.
- 60 ml de nata.

Aceite de pimentón:

- 100 ml de AOVE de Ávila Auténtica.
- 1 cda. de pimentón.

Relleno de solomillo:

- 350 g de solomillo de cerdo.
- ½ manzana reineta.
- ½ cebolla dulce.
- 10 g de mantequilla.
- 1 cdta. de paté de morcilla de Ávila Autentica.
- C/ s Sal.
- C/s Pimienta.

Crema de Coliflor:

- 350 g de coliflor
- 60 g de cebolla dulce
- 5 g de mantequilla
- 320 ml de leche evaporada
- C/S Sal y Pimienta

Salsa espejo:

- Recortes del solomillo de cerdo.
- 1 chalota.
- 1 zanahoria.
- 100 ml de vermut.
- 200 ml de agua.
- 1 nuez de mantequilla fría.
- 1 cucharadita de tomate concentrado.
- C/ s Sal y Pimienta.

Crujiente paté de morcilla:

- 16 g de claras de huevo.
- 16 g de mantequilla.
- 16 g de harina de trigo sarraceno de Ávila Auténtica.
- 40 g de paté de morcilla de Ávila Auténtica.
- 1 cdta. de pimentón dulce.
- C/ s Sal y Pimienta.

MODO DE ELABORACIÓN

1. Galette de trigo sarraceno: Tamizar la harina y mezclarla con la sal. Incorporar el agua caliente poco a poco, batiendo con varillas hasta obtener una masa homogénea. Añadir el huevo y el AOVE, emulsionar y dejar reposar entre 15 y 20 minutos. Cocinar una capa fina en una sartén antiadherente caliente, previamente pincelada con mantequilla, hasta obtener una galette flexible y ligeramente tostada.
2. Cremoso de paté de morcilla: Calentar la nata, incorporar el paté de morcilla y emulsionar hasta obtener una crema homogénea y sedosa.
3. Relleno de solomillo: Limpiar el solomillo y reservar los recortes para la salsa. Cortar la carne a cuchillo en dados pequeños, al estilo steak tartar. Picar la manzana en brunoise y cortar la cebolla en juliana fina. Pochar la cebolla con aceite y sal hasta que se dore, añadiendo pequeñas cantidades de agua durante la cocción para favorecer su caramelización. Saltear la manzana con mantequilla y añadir el solomillo, cocinándolo brevemente para que quede sellado y rosado en el interior. Mezclar la carne y la manzana con la cebolla caramelizada, el paté de morcilla y el cremoso. Ajustar de sal y pimienta.
4. Salsa espejo: Dorar los recortes de solomillo junto con las verduras cortadas en mirepoix. Añadir el tomate concentrado, desglasar con vermut y dejar evaporar el alcohol. Incorporar agua y reducir a fuego fuerte durante 15-20 minutos. Colar la salsa y, si es necesario, espesar con una mezcla de harina de maíz y agua fría hasta conseguir una textura fluida, pero con cuerpo. Fuera del fuego, incorporar la mantequilla y emulsionar con varillas para obtener un acabado brillante.
5. Crujiente de paté de morcilla: Mezclar la mantequilla fundida, la harina de trigo sarraceno, las claras de huevo y el paté de morcilla. Añadir el pimentón dulce y una pizca de sal. Extender la mezcla en un molde de silicona y hornear a 180 °C durante 5 minutos, hasta obtener el crujiente.
6. Aceite de pimentón: Calentar el aceite hasta unos 60 °C, retirar del fuego e incorporar el pimentón. Mezclar y dejar infusionar durante 30 minutos. Filtrar cuidadosamente con un filtro de café o retirar el aceite de la superficie una vez sedimentado el pimentón, evitando que pasen posos.
7. Crema de coliflor: Cortar la coliflor y la cebolla en trozos pequeños, sazonar y rociar con AOVE. Asar a 200 °C hasta que estén tiernas y presenten bordes tostados.
Calentar la leche evaporada e incorporarla poco a poco a la coliflor asada mientras se tritura. Añadir mantequilla fría para aportar cremosidad y aireación. Pasar por un colador fino hasta obtener una textura sedosa, lisa y fluida.

EMPLATADO

Colocar la crema de coliflor asada y el primer cuadrado de galette. Añadir el salteado cremoso de solomillo. Situar el segundo cuadrado de galette girado 45°. Cubrir con el jugo espejo, dejando que resbale por los bordes. Disponer tres puntos de cremoso de morcilla, de mayor a menor, y puntos de aceite de pimentón en el lado opuesto.

***Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica**

ALUBIONES CON CHIPIRONES AFOGADOS, LIMA Y POMPAS DE MIEL

HELENA GARCIA – ROGELIO REMUS



INGREDIENTES

Para los alubiones:

- 400 g Judías de El Barco de Ávila de de Ávila Auténtica.
- 200 g Chipirones.
- 1l Caldo de chipirón, cebolla y panceta.
- 2 uds. Cebolla dulce.

Para las pompas:

- 500 g Agua.
- 20 g Miel de Ávila Auténtica.
- 2 g Goma xantana.
- 2 g Lecitina de soja.
- 5 g Albúmina.
- 1ud. lima.

MODO DE ELABORACIÓN

1. Hidratación de los alubiones: Dejamos las judías de Ávila Auténtica en remojo durante 24 horas para que se hidraten correctamente y aumenten de tamaño.
2. Cocción de los alubiones: Una vez hidratados, escurrimos los alubiones y los incorporamos al caldo. Los cocinamos en el roner a 90 °C durante 4 horas, hasta que queden tiernos y mantengan su forma.
3. Preparación de los chipirones: Limpiamos los chipirones, retirando las partes no comestibles, y los cortamos según la presentación deseada. A continuación, los cocinamos a la plancha a temperatura alta para conseguir un buen dorado exterior.
4. Integración de los ingredientes: Incorporamos los chipirones plancheados a los alubiones cocinados. Trituramos una parte de los alubiones y la añadimos a la elaboración para conseguir una textura más cremosa, manteniendo el resto de las legumbres enteras.
5. Cebolla caramelizada: Pelamos la cebolla y la cortamos en juliana fina. La cocinamos a fuego lento, removiendo periódicamente, hasta que se ablande y adquiera un tono dorado y un sabor dulce, resultado de la caramelización.
6. Elaboración de las pompas: Introducimos los ingredientes de las pompas en un recipiente y los trituramos hasta obtener una mezcla homogénea. Dejamos reposar la preparación si es necesario y, justo antes del emplatado, generamos las pompas con ayuda de un burbujeador para conseguir una presentación ligera y atractiva.

EMPLATADO

Disponemos los alubiones con los chipirones en el plato y añadimos la cebolla caramelizada. Terminamos incorporando las pompas y ralladura de lima para aportar un toque visual y completar la presentación del plato.

*Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica

PATATAS A LA IMPORTANCIA

ANDREA DELGADO – AMANDA LÓPEZ



INGREDIENTES

- 500 g Patata.
- 200 g Harina de trigo sarraceno de Ávila Auténtica.
- 2 Huevos.
- 500 ml Aceite de girasol.
- 1 Cebolla.
- 1 Lubina.
- 200 g Zanahoria.
- 200 g Cebolla.
- 50 g Puerro.
- 100 g Jamón serrano en lonchas.
- 500 g Huesos de jamón.
- 100 ml Yemas pasteurizadas.
- 50 ml Vino blanco.
- 5 g Sal.
- 15 g Mantequilla.
- 10 ml Nata 35% mg.
- 2 g Xantana.

MODO DE ELABORACIÓN

1. Pelamos las patatas, las cortamos en rodajas y las pasamos por harina y huevo batido. Las freímos hasta que estén ligeramente doradas y las reservamos. A continuación, pochamos la cebolla cortada en brunoise a fuego suave. Incorporamos las patatas, las cubrimos con el fumet de pescado y las cocinamos lentamente hasta que estén tiernas y el caldo adquiera una textura ligada.
2. Fumet de pescado: Desangramos las espinas del pescado en agua fría para eliminar las impurezas. Las introducimos en una olla junto con las hortalizas cortadas en mirepoix y cubrimos con agua fría. Llevamos a ebullición suave y cocinamos durante 20 minutos, retirando las impurezas de la superficie cuando sea necesario. Colamos el fumet y lo reservamos.
3. Polvo de jamón: Colocamos las lonchas de jamón en el deshidratador hasta que queden completamente secas y crujientes. Después, las trituramos hasta obtener un polvo fino y homogéneo.
4. Sabayón de jamón: Tostamos los huesos de jamón en el horno a 220 °C durante 15 minutos para potenciar su sabor. Los introducimos en una olla con agua y cocinamos durante 1 hora. Finalmente, colamos el caldo y retiramos la grasa de la superficie.
5. Salsa espumosa de jamón: Elaboramos una base al baño maría mezclando las yemas de huevo con el vino y la sal, batiendo hasta conseguir una textura homogénea. Incorporamos progresivamente el caldo de jamón, la mantequilla y la nata, mezclando hasta integrar todos los ingredientes. Añadimos la xantana y trituramos para obtener una salsa fina. Colamos la preparación, la introducimos en un sifón, cargamos con gas y reservamos hasta el momento del emplatado.

EMPLATADO

Disponemos varias patatas en el centro del plato, colocándolas unas sobre otras para dar volumen a la presentación. Las napamos con el sabayón de jamón, cubriéndolas parcialmente, y terminamos espolvoreando el polvo crujiente de jamón por encima para aportar textura y potenciar el sabor.

***Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica**

POSTRES

Celichef

HOJALDRE NATURAL Y DE CHOCOLATE RELLENO DE GANACHE DE MIEL CON COBERTURA DE CHOCOLATE Y HELADO DE MIEL

FATOU SANE – CLARA CARREÑO



INGREDIENTES

Hojaldre:

- 400 g Almidón de maíz.
- 50 g Almidón de patata.
- 10 g Sal.
- 7 g Psyllium.
- 15 g Goma xantana.
- 50 g Mantequilla.
- 75 g Huevo.
- 375 g Agua.
- 40 g Cacao en polvo de Ávila Auténtica.
- 500 g Mantequilla para laminar.

Ganache de miel:

- 85 g Nata 35% MG.
- 250 g Nata 35% MG.
- 3 g Gelatina.
- 110 g Chocolate blanco.
- 80 g Miel de Ávila Auténtica.
- 85 g Nata 35% MG.

Cobertura de chocolate:

- 80 g Cacao en polvo de Ávila Auténtica.
- 80 g Agua.
- 80 g Azúcar.
- 50 g Mantequilla.
- 1 Hoja de gelatina.

Helado de miel y nueces

- 250 g Leche entera.
- 250 g Nata 35% MG.
- 100 g Miel de Ávila Auténtica.
- 1 Vaina de vainilla.
- 50 g Nueces.

MODO DE ELABORACIÓN

1. Elaboración del hojaldre:
   - Extendemos la masa e incorporamos la mantequilla de laminado. Realizamos los pliegues correspondientes y horneamos hasta obtener un hojaldre dorado y crujiente. Una vez frío, lo cortamos en las porciones deseadas para su posterior relleno.
2. Elaboración de la ganache:
   - Calentamos la nata y añadimos la gelatina previamente hidratada, el chocolate blanco y la miel. Mezclamos hasta obtener una preparación homogénea y dejamos enfriar. Una vez fría, montamos ligeramente la ganache y la introducimos en una manga pastelera.
3. Elaboración de la cobertura:
   - Calentamos el cacao, el azúcar y el agua, removiendo hasta integrar todos los ingredientes. Incorporamos la gelatina previamente hidratada y la mantequilla, mezclamos hasta obtener una cobertura homogénea y reservamos.
4. Elaboración del helado:
   - Calentamos la leche junto con la nata, la miel y la vainilla. Dejamos enfriar la mezcla y, una vez fría, la mantecamos en la heladera. Finalmente, conservamos el helado en el congelador hasta el momento de su utilización.

EMPLATADO

Colocamos el hojaldre relleno en el centro del plato,. Napamos la superficie con la cobertura de chocolate y terminamos con granillo de nuez tostada para aportar textura y un toque crujiente.

A un lado, disponemos una quenelle de helado de miel sobre una pequeña base de granillo de nuez

*Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica

ENTRE CACAO Y TÉ

SANDRA ESCRIBANO – LAURA MANCEBO



INGREDIENTES

Bizcocho plancha:

- 4 Huevos.
- 50 g Harina de maíz.
- 50 g Harina de arroz.
- 30 g Cacao en polvo de Ávila Auténtica.
- 100 g Azúcar.

Ganache de matcha:

- 250 g Nata.
- 100 g Chocolate blanco.
- 6 g Matcha.
- 2 g Gelatina.
- 20 g Azúcar.

Glaseado:

- 500 g Chocolate negro.
- 1 g Almendra granillo.

Decoración:

- Coco.

MODO DE ELABORACIÓN

1. Elaboración del bizcocho de chocolate:
   - Batimos los huevos junto con el azúcar hasta obtener una mezcla aireada y homogénea. Incorporamos las harinas y el cacao previamente tamizados, mezclando suavemente con movimientos envolventes para conservar el volumen. Extendemos la masa de manera uniforme sobre una bandeja de horno y horneamos hasta que el bizcocho esté cocido. Dejamos enfriar antes de utilizar.
2. Elaboración de la ganache de chocolate blanco y té matcha:
   - Hidratamos la gelatina en agua fría. Calentamos una parte de la nata junto con el té matcha, removiendo hasta que se disuelva por completo. Vertemos la mezcla caliente sobre el chocolate blanco y mezclamos hasta obtener una preparación lisa y homogénea. Incorporamos la gelatina escurrida y, a continuación, añadimos el resto de la nata fría. Mezclamos, cubrimos a piel y dejamos enfriar en refrigeración. Una vez fría, montamos ligeramente la ganache hasta conseguir una textura cremosa y aireada, adecuada para su utilización.
3. Elaboración del glaseado crujiente de chocolate y almendra:
   - Fundimos el chocolate negro suavemente y añadimos la almendra en granillo, mezclando hasta distribuirla de manera uniforme. Dejamos atemperar ligeramente la preparación antes de utilizarla, procurando que conserve la fluidez necesaria para obtener una cobertura homogénea y un acabado crujiente.

EMPLATADO

Disponemos el bizcocho como base del postre y acompañamos con la ganache de té matcha, aplicada de forma delicada para aportar volumen y cremosidad. Terminamos espolvoreando coco rallado y una fina capa de té matcha en polvo, creando un contraste de colores y sabores.

*Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica

HOJALDRE NATURAL Y DE CHOCOLATE RELLENO DE GANACHE DE MIEL CON COBERTURA DE CHOCOLATE Y HELADO DE MIEL

JUAN CARLOS GONZÁLEZ – REGINALDO IVINA



INGREDIENTES

Crema pastelera:

- 1,5 L Leche.
- 390 g Almidón.
- 8 yemas.
- 1250 g Azúcar.
- C/s Azafrán.
- 1 L de agua
- Claras que han sobrado de elaborar el merengue

Masa quebrada:

- 300 de almidón.
- 130 g mantequilla.
- 1 huevo.
- 1 pizca de sal.

Gel de citricos:

- 1 kg Mandarina
- 1 kg Naranja
- C/s de Xantana
- 10 ud. Limas
- 500 g Limón
- 1 kg fresas
- 3 ud. mango
- 10 ud. Kiwi
- 1 kg Azúcar

MODO DE ELABORACIÓN

1. Crema pastelera de azafrán:
   - Infusionamos la leche con el azafrán durante 30 minutos, tapada. Blanqueamos las yemas con el azúcar, incorporamos el almidón disuelto en leche y añadimos la infusión. Cocemos, removiendo hasta espesar. Dejamos enfriar y reservamos en refrigeración.
2. Gel de naranja y mandarina:
   - Exprimimos y colamos los cítricos. Añadimos dos cucharadas de azúcar y llevamos a ebullición hasta reducir ligeramente. Incorporamos la xantana, trituramos hasta obtener la textura deseada y dejamos enfriar.
3. Gel de limón:
   - Exprimimos y colamos los limones. Añadimos dos cucharadas de azúcar y reducimos al fuego. Incorporamos la xantana, trituramos hasta conseguir una textura de gel y dejamos enfriar.
4. Frutas en almíbar:
   - Pelamos los kiwis y los mangos, limpiamos las fresas y cortamos toda la fruta en dados pequeños. Hervimos un litro de agua con el azúcar, añadimos la fruta y cocemos durante un minuto. Dejamos enfriar y separamos la fruta del almíbar.
5. Merengue italiano:
   - Retiramos la fruta y reducimos el almíbar hasta alcanzar los 121 °C. Mientras tanto, montamos las claras y añadimos el almíbar en forma de hilo fino, sin dejar de batir. Continuamos hasta obtener un merengue firme y brillante. Dejamos enfriar.
6. Masa quebrada sin gluten:
   - Mezclamos el almidón, la sal y la mantequilla hasta obtener una textura arenosa. Añadimos el huevo y el agua, y trabajamos hasta conseguir una masa homogénea. Estiramos sin dejarla demasiado fina, forramos los moldes y horneamos a 200-220 °C durante unos 10 minutos, hasta que esté cocida y ligeramente dorada.

EMPLATADO

Sobre la base de masa quebrada, una vez horneada y enfriada, disponemos los geles de cítricos formando líneas finas y separadas para aportar contraste y frescura. A continuación, incorporamos la crema pastelera de azafrán, distribuyéndola de manera uniforme. Sobre ella, colocamos el merengue italiano. Terminamos decorando con los dados de fruta.

*Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica

EL VIAJE: DORAYAKI DE LA GRANJA

ADRIANA PÉREZ – JAN GARCÍA



INGREDIENTES

Masa del Dorayaki:

- 50 g Harrina de trigo sarraceno de Ávila Auténtica.
- 20 g Cacao en polvo de Ávila Auténtica.
- 2 huevos.
- 120 g Miel de Ávila Auténtica.
- 5 g Levadura sin gluten.

Crujiente de Judión:

- 50 g Judias blancas de El Barco de Ávila de Ávila Auténtica.
- 50 g Azúcar.
- 20 ml Agua.

Crema de judión:

- 350 g Judías de El Barco de Ávila de Ávila de Ávila Auténtica.
- C/s Canela.
- 70 g Miel de Ávila Auténtica.

Té:

- 15 g Té oolong.
- Agua.

Crema de Cítricos y miel:

- 150 g Queso crema.
- 50 ml Nata para cocinar.
- 1 ud. Lima
- 30 g Miel de Ávila Auténtica.

MODO DE ELABORACIÓN

1. Masa de dorayaki:
   - Batimos los huevos con la miel hasta obtener una mezcla espumosa. Incorporamos la harina de sarraceno, el cacao y la levadura sin gluten, previamente tamizados, con movimientos envolventes. Dejamos reposar 10 minutos y cocinamos en una sartén antiadherente, formando discos uniformes hasta obtener un bizcocho tierno y esponjoso.
2. Crema de judión:
   - Trituramos los judiones cocidos y pelados con la miel hasta conseguir una crema fina y homogénea. Aromatizamos con vainilla o canela y pasamos por un tamiz. Si es necesario, añadimos un poco de nata para ajustar la textura y reservamos en una manga pastelera.
3. Crema ligera de cítricos y miel:
   - Batimos el queso crema con la miel y las ralladuras de lima y naranja. Incorporamos progresivamente la nata y los zumos cítricos, y continuamos batiendo hasta obtener una crema ligera, firme y aireada. Introducimos en una manga pastelera y reservamos en refrigeración.
4. Crujiente de judión garrapiñado:
   - Calentamos los judiones cocidos y pelados con el agua y el azúcar, removiendo hasta que el agua se evapore y el azúcar cristalice. Continuamos cocinando hasta que el azúcar se caramelice y recubra los judiones. Extendemos sobre una superficie antiadherente y dejamos enfriar para obtener un acabado crujiente.

EMPLATADO

Colocar un disco de dorayaki en el centro del plato. Con ayuda de dos mangas pasteleras, disponer puntos alternos de crema aterciopelada de judión y crema ligera de cítricos formando un círculo, dando mayor protagonismo visual y volumen a la crema de judión. Colocar el segundo disco de dorayaki ligeramente apoyado de lado para dejar visible el patrón de colores y rellenos. Finalizar colocando encima el crujiente de judiones garrapiñados para aportar textura. Terminar con microgotas de miel alrededor del plato. Acompañar con un vaso de té oolong con lavanda.

*Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica

TIRAMISÚ EVO

HELENA GARCIA – ROGELIO REMUS



INGREDIENTES

Para la esponja del cacao:

- 205 g Huevos.
- 280 g Azúcar.
- 20 g Harina de trigo sarraceno de Ávila Auténtica.
- 20 g Cacao de Ávila Auténtica.
- 50 g Cobertura de chocolate.
- 30 g Mantequilla.

Para la espuma de Mascarpone:

- 500 g Nata.
- 500 g Leche.
- 250 g Mascarpone.
- 95 g Glucosa.
- 1 g Xantana.

Para el helado de Amaretto:

- 500 g Nata.
- 500 g Leche.
- 5 g Neutro para helados.
- 20 g Fructosa.
- 60 g Sacarosa.
- 20 g Lactosa.
- 40 g Glucosa.
- 40 g Amaretto.
- 8 Yemas de huevo.

Para el caviar de cacao:

- 200 g Agua.
- 100 g Azúcar.
- 2 g Cacao de Ávila Auténtica.
- 2 g Agar agar 2 g.

Para el velo del café:

- 400 g Agua.
- 100 g Azúcar
- 2 g Café soluble.
- 4 g Agar agar.

MODO DE ELABORACIÓN

1. Esponja de cacao: Fundimos la cobertura de chocolate junto con la mantequilla en el microondas. Incorporamos el resto de los ingredientes y trituramos en el procesador hasta obtener una mezcla homogénea. Colamos la preparación con un chino fino, introducimos en un sifón y cargamos. Llenamos un vaso algo más de la mitad de su capacidad y cocinamos en el microondas a máxima potencia durante 30-40 segundos. Dejamos enfriar y desmoldamos con cuidado.
2. Espuma de mascarpone: Calentamos al baño maría la nata, la leche y el mascarpone hasta obtener una mezcla homogénea. Incorporamos la glucosa y la xantana, mezclando hasta integrar todos los ingredientes. Enfriamos rápidamente en un baño maría inverso, introducimos la preparación en un sifón y reservamos en refrigeración hasta su utilización.
3. Helado de amaretto: Mezclamos los ingredientes y pasteurizamos la preparación hasta alcanzar los 82 °C. Enfriamos rápidamente en un baño maría inverso y, cuando la mezcla alcance los 40 °C, incorporamos el amaretto y el estabilizante neutro. Dejamos madurar en refrigeración durante 12-24 horas y, finalmente, mantecamos en la heladera hasta obtener la textura deseada.
4. Velo de café: Llevamos todos los ingredientes a ebullición, removiendo hasta conseguir una mezcla homogénea. Vertemos sobre una bandeja gastronorm previamente templada y extendemos en una capa fina y uniforme. Dejamos gelificar en refrigeración hasta obtener un velo flexible y fácil de manipular.
5. Caviar de cacao: Llevamos todos los ingredientes a ebullición, mezclando hasta su completa disolución. Con ayuda de una jeringuilla, dejamos caer pequeñas gotas de la preparación sobre aceite de girasol muy frío para formar las esferas. Una vez gelificadas, las recogemos cuidadosamente y las escurrimos antes de utilizarlas en el emplatado.

EMPLATADO

Disponemos el velo de café como base del postre y colocamos en el centro una quenelle de helado de amaretto. Distribuimos armoniosamente a ambos lados la esponja de cacao y la espuma de mascarpone, creando un conjunto equilibrado. Finalizamos colocando el caviar de cacao sobre la espuma de mascarpone, aportando un toque decorativo y un contraste de texturas.

***Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica**

FLORECER

ANDREA DELGADO – AMANDA LÓPEZ



INGREDIENTES

- 100 g Chocolate blanco.
- 4 g Flores comestibles.
- 2 Huevos.
- 80 g Azúcar.
- 3 g Sal.
- 60 g Harina de arroz.
- 2 g Impulsor de repostería.
- 2 Yemas de huevo.
- 12 g Miel de Ávila Auténtica.
- 80 g Queso de cabra.
- 200 g Queso crema.
- 70 ml Nata.
- 100 g Arándanos.
- 25 g Azúcar.
- 3 ml Zumo de lima.
- 3 g Agar agar.
- 10 ml Leche evaporada.
- 10 ml Leche entera.
- 5 ml Leche condensada.
- 1 Cáscara de lima

MODO DE ELABORACIÓN

1. Elaboración dela esfera de chocolate blanco con las flores:
   - Troceamos el chocolate y lo fundimos hasta alcanzar los 45 °C. Dejamos enfriar hasta los 34 °C. Colocamos las flores en el molde, vertemos el chocolate hasta rellenar las cavidades y dejamos enfriar hasta que solidifique por completo.
2. ELaboración del bizcocho:
   - Montamos los huevos con el azúcar hasta obtener una mezcla aireada. Incorporamos los ingredientes secos previamente tamizados, mezclando suavemente para conservar el volumen. Extendemos la masa en una capa fina y uniforme sobre una bandeja y horneamos a 180 °C durante 7 minutos. Dejamos enfriar y cortamos las porciones deseadas.
3. Sabayón de queso de cabra:
   - Batimos las yemas con el azúcar y la miel hasta obtener una mezcla homogénea. Añadimos el queso crema y el queso de cabra, mezclando hasta integrar. Montamos la nata y la incorporamos con movimientos envolventes para mantener una textura ligera y aireada. Introducimos la preparación en una manga pastelera y reservamos en refrigeración.
4. Elaboración del gel de arándanos y lima:
   - Cocemos los arándanos con el azúcar y el agua hasta que se ablanden. Añadimos el zumo de lima y trituramos la mezcla. Incorporamos el agar-agar y llevamos de nuevo a ebullición para activarlo. Vertemos en un recipiente y dejamos enfriar en refrigeración hasta que gelifique. Una vez frío, trituramos de nuevo hasta obtener un gel fino y homogéneo. Reservamos.
5. Infusión de leches y lima:
   - Calentamos las leches junto con la cáscara de lima para infusionarlas y extraer sus aromas. Retiramos del fuego, dejamos reposar y colamos para eliminar la cáscara. Calentamos de nuevo la preparación hasta alcanzar entre 65 y 70 °C, servir en una jarrita, para luego verter sobre la esfera de chocolate

EMPLATADO

Colocamos en el centro del plato la cúpula de chocolate blanco decorada con flores comestibles, rellena de bizcocho, sabayón de queso de cabra y gel de arándanos. En el momento del servicio, vertemos delicadamente la mezcla de tres leches caliente sobre la cúpula, provocando que el chocolate se funda y deje al descubierto el interior del postre.

***Los alimentos resaltados pertenecen a Alimentos de Ávila Auténtica**



FATOU – CLARA
IES ASTÚRICA AUGUSTA



HELENA – ROGELIO
ESCUELA INTERNACIONAL DE COCINA DE VALLADOLID



SANDRA – LAURA
CETECE



JAN – ADRIANA
ETSIIA – UVa

ANDREA–AMANDA
ESCUELA ALCAZARÉN





JUAN CARLOS – REGINALDO
IES VIRGEN DE LA CALLE

CELICHEF XII EDICIÓN

UN PROYECTO DE LA ASOCIACIÓN CELÍACA DE CASTILLA Y LEÓN

Financiado con la colaboración de
Ávila Auténtica

ÁVILA auténtica

ACECALE

Asociación Celiaca de Castilla y León

5 años

ÁVILA auténtica