



Las recetas
Monterosa

by Delicious Martha





Delicious Martha

— food, life & beauty from my view — 

Estudió Publicidad y Relaciones Públicas en la Facultad de Comunicación Blanquerna siguiendo su instinto de querer comunicar. Pero un cambio de rumbo en su vida personal y profesional hizo que se adentrara en el mundo de la cocina y descubriera que lo que realmente quería comunicar era eso. Así surgió la ilusión de fusionar sus dos pasiones, la comunicación y la gastronomía.

Actualmente colabora con diversos medios de comunicación y crea contenidos para plataformas gastronómicas, compaginado con la dirección artística y el estilismo fotográfico culinario.

Siente pasión por la fotografía, la música y no puede resistirse al chocolate. Se siente atraída por todo lo «hecho en casa», lo totalmente personalizado y lo que esconde alguna historia.

Le gusta leer para impregnarse de nuevos conceptos e ideas que pueda llevar a cabo. Le inspira cada pequeño detalle, cada palabra recibida, cada crítica, el olor de lo que está cocinando y que le recuerda todas esas recetas por descubrir.

Autodidacta en el mundo de la cocina, siempre a la búsqueda de nuevos sabores, recetas desconocidas, ingredientes y retos que le empujen a aprender y perfeccionar cada día.

Es más aficionada a lo salado que a lo dulce pero convencida de que una comida sin postre no es una comida.

Para ella, la gastronomía une a las personas y traspasa fronteras. Defiende a destajo que la comida entra por los ojos y debe hacerte disfrutar y vivir una experiencia realmente buena.

Tomates Monterosa rellenos

INGREDIENTES

- 2 tomates Monterosa
- 1 puñado de trigo sarraceno o arroz
- Perejil fresco
- 4/6 aceitunas verdes
- 6/8 alcaparras
- Brotes germinados de rábano
- Aceite de oliva virgen extra
- ½ cucharadita de comino molido

PREPARACIÓN

En primer lugar, hervimos el trigo sarraceno o el arroz. Si utilizamos trigo, previamente lo limpiamos bien bajo el grifo con un colador y lo ponemos con agua fría. Usaremos el doble de agua que de trigo. Lo cocemos hasta que absorba toda el agua y lo apartamos del fuego para dejarlo enfriar.

Aparte, lavamos bien los tomates, los vaciamos y reservamos las semillas y el jugo en un bol aparte. Dejamos los tomates a un lado.

Al bol donde tenemos las semillas, añadimos las alcaparras, los brotes germinados, las aceitunas deshuesadas y troceadas y el perejil picado. Cuando el trigo o el arroz esté frío, lo volcamos y lo mezclamos todo muy bien. Por último, añadimos el aceite y el comino y mezclamos hasta que quede bien homogéneo.

Con una cuchara, rellenamos los tomates hasta que queden bien rellenos.

Decoramos con algunos brotes germinados más y servimos.



Ensalada rosa

INGREDIENTES

- 1 tomate Monterosa
- Frutos secos, troceados
- Perejil picado
- Aceite de oliva virgen extra
- Escamas de sal

PREPARACIÓN

Lavamos bien el tomate y le sacamos las hojas. Lo partimos por la mitad verticalmente. Reservamos una mitad. Con la otra, cortamos los dos extremos y los retiramos. Con cuidado, cortamos rodajas muy finas de todo el tomate, procurando que no pierda la forma.

Una vez cortado, vamos estirando las rodajas poco a poco a modo de gusano alargado. Tomamos un extremo y lo doblamos hacia dentro, haciendo un caracol. Vamos enrollando en forma de espiral hasta que llegamos al extremo opuesto.

Presionamos los bordes para que quede unido (podríamos usar palillos si no aguanta la forma).

Esparcimos perejil picado, los frutos secos en trocitos, las escamas de sal y un buen chorro de aceite de oliva.



Carpaccio de mango

INGREDIENTES

- 1 tomate Monterosa
- ½ mango maduro
- 1 mozzarella fresca
- Hojas de albahaca frescas
- Hojas de hinojo
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal de mostaza

PREPARACIÓN

Limpiamos el tomate, le quitamos las hojas y lo cortamos en rodajas. Lo ponemos bien repartido por todo el borde del plato.

Escurremos bien la mozzarella, y la cortamos en finas rodajas. Con ella cubrimos ligeramente el tomate.

A un lado, cortamos el mango por la mitad, lo pelamos y con la ayuda de un pelador de patatas hacemos cortes longitudinales, de modo que queden tiras finas. Las enrollamos sobre sí mismas, formando una espiral. Las iremos poniendo todas en el centro del plato, para que nos quede en forma de flor.

Repartimos las hojas de albahaca y de hinojo por encima. Sazonamos con sal de mostaza y regamos con aceite de oliva virgen extra.



Carpaccio de aguacate

INGREDIENTES

- 2 tomates Monterosa
- 1 aguacate
- Perejil fresco
- 1 cucharada de semillas de lino
- Escamas de sal ahumada
- ½ cucharada de cúrcula
- 1 cucharada de semillas de chía
- Aceite de oliva virgen extra

PREPARACIÓN

En primer lugar, limpiamos bien los tomates, le sacamos las hojas y cortamos en rodajas horizontales y lo más finas posible. Repartimos todas las rodajas sobre un plato plano y grande.

A continuación, cortamos el aguacate por la mitad, retiramos la semilla, lo pelamos y lo ponemos sobre la tabla de cortar con el agujero boca abajo. Cortamos rodajas, por la parte más fina, de forma que nos queda la misma forma del aguacate, pero en rodajas.

Con cuidado, iremos estirando el aguacate, sin que las rodajas se separen del todo, como si hiciéramos un gusano. Enrollamos bien la punta sobre sí misma y la vamos enrollando como si fuera una espiral. De este modo nos quedará una forma de flor, que dispondremos en el centro del plato.

Espolvoreamos con la cúrcuma, el lino, las semillas de chía molidas, las escamas de sal y el perejil bien picado.

Por último, regamos con un buen chorro de aceite.



1/2 tsp - 75ml
1 tsp -
1/2 tsp -
1/4 tsp - 1 ml

Quiche Monterosa

INGREDIENTES

- 1 lámina de masa brisa
- 2 tomates Monterosa
- 1 cebolleta
- 1 hoja de laurel
- 3 huevos medianos
- 1 cucharadita de mostaza de Dijon
- 100 ml. de nata líquida
- 1 cucharada de harina
- 160 gr. de queso rallado
- Sal
- Pimienta negra
- 1 cucharada de aceite de oliva virgen extra
- Orégano

PREPARACIÓN

Precalentamos el horno a 200 °C. Estiramos la masa brisa y pasamos el rodillo para dejarla más plana. Ponemos la masa sobre el molde en el que prepararemos la quiche (redondo, de unos 24 cm. de diámetro y bajo). Presionamos con los dedos para que la base coja la forma y se adhiera bien. Retiramos los bordes que sobresalgan. Con un tenedor, pinchamos toda la base y la horneamos durante 15 minutos. Una vez cocida, la sacamos del horno y dejamos enfriar.

Ponemos el aceite en una sartén. Volcamos la cebolleta cortada, un tomate también cortado y el laurel. Salpimentamos al gusto. Removemos bien y dejamos cocer a fuego medio durante unos 10 minutos, hasta que la cebolla comience a estar transparente. Apartamos del fuego, retiramos el laurel y reservamos.

Rompemos los huevos y los ponemos en un bol, los batimos bien y añadimos la harina, la nata, la mostaza y la pimienta. Añadimos 60 gr. de queso rallado y mezclamos todo. Ponemos un poco de queso a la base de masa brisa ya cocinada y volcamos los huevos mezclados. Cortamos el otro tomate en rodajas bien finas y repartimos por toda la superficie.

Acabamos de decorar con el resto de queso y horneamos de nuevo, a 180 °C, tapando la quiche con papel de aluminio. Cocemos durante aproximadamente una hora o hasta que, al pinchar el centro con un cuchillo, salga limpio.

Una vez cuajada, encendemos el grill y dejamos que quede dorada en la parte superior durante 5 minutos. Servimos directamente.



Monterosa caprese

INGREDIENTES

- 1 tomate Monterosa
- 1 mozzarella de búfala
- Aceite de oliva virgen extra
- Hojas de albahaca frescas
- Escamas de sal

PREPARACIÓN

Lavamos el tomate y le sacamos las hojas y la parte más dura del tallo. Lo colocamos en posición horizontal, y hacemos cortes, como si fueran rodajas, sin llegar a cortarlo del todo, al estilo Hasselback. Resulta de ayuda poner dos cubiertos a ambos lados del tomate para evitar que el corte llegue hasta el final.

Cortamos la mozzarella en rodajas finas y vamos colocándolas en el interior de cada corte del tomate.

Decoramos con las hojas de albahaca fresca. Antes de servir, echamos un chorro de aceite de oliva virgen extra y las escamas de sal.



Tostada de Monterosa con atún

INGREDIENTES

- 1 tostada de pan de harina de centeno integral
- 1 tomate Monterosa, cortado en rodajas
- Ventresca de atún en aceite de oliva
- Escamas de sal
- Hojas de albahaca
- Aceite de oliva virgen extra

PREPARACIÓN

Tostamos el pan por ambos lados durante dos minutos. Servimos en un plato. Añadimos un chorro de aceite de oliva virgen extra.

Repartimos el tomate, previamente lavado y cortado en rodajas. Cubrimos con la ventresca de atún escurrido.

Decoramos con escamas de sal, un par de hojas de albahaca y un chorro de aceite.



Passata de Monterosa

INGREDIENTES

- 1.2 kg de Monterosa
- Sal
- 4 hojas de albahaca frescas
- Aceite de oliva
- 1 cucharada de azúcar (opcional)

PREPARACIÓN

En una cazuela grande, echamos agua y llevamos a ebullición. Lavamos los tomates y cuando el agua hierva, los ponemos durante 30 segundos en el agua hirviendo para escaldarlos. Los sacamos y pelamos. Los cortamos por la mitad y retiramos las semillas de cada uno de los tomates. Los cortamos en trozos y ponemos en una cazuela baja y ancha. Añadimos una cucharadita de sal, las hojas de albahaca y el azúcar, a gusto. Dejamos a fuego muy bajo, removemos de vez en cuando, las horas que sean necesarias hasta que el agua de los tomates se haya evaporado completamente. Puede ser que tarde de 2 a 4 horas.

Cuando se haya reducido a una tercera parte del volumen inicial, lo repartimos en diferentes frascos de vidrio, regamos la superficie con aceite de oliva y cerramos herméticamente. Guardamos los frascos en la nevera.



Gazpacho

INGREDIENTES

- 4 tomates Monterosa
- 1 pimiento verde
- ½ pimiento rojo
- 3 ajos, previamente asados al horno durante 25 minutos a 200 °C
- ½ cebolla
- Vinagre de vino
- Agua
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal

PREPARACIÓN

Ponemos los ajos, sin pelar, envueltos con papel de horno o de aluminio en el horno a 200 °C, hasta que queden dorados. Los sacamos, pelamos y los ponemos en el vaso de la batidora. Cortamos la cebolla y la ponemos en remojo con el vinagre, mientras cocemos los ajos. Pasado un rato, los escurrimos y juntamos con los ajos.

Lavamos los tomates, les sacamos las hojas y los cortamos en cuartos. Hacemos lo mismo con los pimientos y ponemos todo junto en la batidora. Añadimos una cucharada de vinagre, una de sal y medio vaso de agua.

Lo trituramos todo durante unos minutos, hasta que quede bien homogéneo. Volcamos el contenido sobre un colador, con un tazón debajo. Con la maza de mortero, removemos bien para escurrir todo el líquido y que queden sólo las semillas y las pieles.

Guardamos el líquido en una botella de vidrio en la nevera. Antes de servir, echamos un chorro de aceite de oliva.





Nací una fresca mañana del mes de junio de 2012 en Cabrera de Mar, en la costa del Maresme (Cataluña). Mi madre es un tomate Pera de Girona y mi abuelo paterno es un Costoluto Genovese. Mi aspecto tan Mediterráneo se debe a esta mezcla de sangre catalana e italiana. He nacido de la pasión para poder disfrutar de la dieta mediterránea y del compromiso de recuperar los tomates de antes. Que cada tomate sea excepcional, una explosión de color y sabor.

Déjame seducirte...

Soy asimétrico y acostillado, de piel aterciopelada y sépalos muy vistosos que me dan un aspecto exuberante y voluptuoso. Del color verde manzana en mi juventud, evoluciono al rosado intenso en mi madurez y me distingo por un característico aroma herbáceo.

Mi aspecto es la antesala de multitud de atributos sensoriales que te permitirán disfrutar de un tomate equilibrado y sabroso. Los que más me conocen destacan mi dulzura y final afrutado. Disfruta de mí y redescubre el placer de un intenso sabor a tomate de huerta, que persiste en boca y en el recuerdo. Mis detalles de sabor me hacen perfecto para formar parte de aquellos platos inolvidables, preparados con amor y en los que predomina la delicadeza y la sencillez de los ingredientes más naturales. Eso sí, sin perder un ápice de las propiedades del tomate que más enriquece la dieta Mediterránea...





Sigue Monterosa en Instagram



[@tomato_monterosa](https://www.instagram.com/tomato_monterosa)

y comparte tus creaciones con

[#tomatomonterosa](https://www.instagram.com/explore/tags/tomatomonterosa)

Distribuido por:





www.tomatomonterosa.com

"Monterosa®" es una marca registrada de Semillas Fitó S.A.