

Recetario

CAS
QUE
RÍA

IGP
TERNASCO
DE ARAGÓN



GARANTÍA
DE ORIGEN



FRANCHESKO VERA

PRIMERA CARNE FRESCA DE ESPAÑA
CON CALIDAD DIFERENCIADA
QUE CERTIFICA SU CASQUERÍA

GARANTÍA DE ORIGEN

N O V E D A D

CAS
QUE
RÍA

IGP TERNASCO
DE ARAGÓN



El Consejo Regulador de la IGP Ternasco de Aragón es ya la primera carne fresca de España con calidad diferenciada que certifica su casquería.

En una primera fase, se están certificando hígados, riñones, asaduras y cabeza. Todas las piezas, con la calidad y la confianza que proporciona la garantía de origen del Ternasco de Aragón, La Carne Rosa, aplicada a un tipo de alimentos que destacan por ser nutritivos, sabrosos, versátiles, tradicionales, sostenibles y sobre todo, exquisitos.

Así que atrévete e innova en tu cocina con estas recetas que ha elaborado, Franchesko Vera, chef y copropietario de Gamberro, en exclusiva para Ternasco de Aragón.

¡Prepárate a gozar!

Las diferencias DEL TERNASCO DE ARAGÓN

GARANTÍA DE ORIGEN

Los corderos están criados únicamente en ganaderías de Aragón e inscritas en la IGP Ternasco de Aragón. Solo se admiten corderos pertenecientes a las cinco razas autorizadas por la IGP Ternasco de Aragón: Rasa Aragonesa, Ojinegra de Teruel, Roya Bilbilitana, Maellana y Ansofana.

CONTROL Y HOMOGENEIDAD

Un exigente proceso de certificación y control acreditado por la Entidad Nacional de Acreditación (ENAC), realizado de forma continua durante todo el año, garantiza unos estándares de calidad óptimos del producto.

TERNASCO ES LA CARNE ROSA*

La alimentación de los corderos se basa en leche materna y cereales naturales. Esto ayuda a que el Ternasco de

Aragón tenga un contenido muy bajo en grasa saturada, por lo que, según varios estudios, puede considerarse un alimento cardiosaludable, ya que dentro de una dieta equilibrada, no modifica sustancialmente la cantidad de colesterol.

RECONOCIMIENTO DE MARCA

El Ternasco de Aragón es el alimento más reconocido de nuestra excelencia gastronómica y un sello de identidad de nuestra cultura. Gracias a su contrastada calidad, goza de una magnífica reputación de marca entre los consumidores.

**Los estudios nutricionales realizados durante más de 15 años con carne de cordero «Ternasco de Aragón» han concluido que «consumir la carne rosa de forma regular en una dieta sana, variada y equilibrada resulta saludable para el organismo».*



Las virtudes DE LAS PIEZAS DE CASQUERÍA

SON NUTRITIVAS

Se caracterizan por la presencia de hierro y proteínas. Los riñones, el hígado y el resto de la asadura incluyen entre sus nutrientes hierro y minerales. La cabeza contiene colágeno y aminoácidos como el triptófano.

SON SABROSAS

De lo más fino a lo más contundente, una delicia para el paladar. Todo un festival de sabores y texturas: desde las gelatinosas a las cartilaginosas y las carnosas, para gustos sibaritas y hedonistas y algo canallas.

SON VERSÁTILES

A la plancha, asadas, fritas, en guisos, admiten multitud de posibilidades, ya sea por separado o alegrando cualquier otro plato.

SON NUESTRA TRADICIÓN

A veces, los alimentos más tradicionales consiguen el atractivo de lo que ya no es habitual. Es una forma de variar la dieta de forma sorprendente recurriendo a la sabiduría de nuestros mayores y a los sabores de la infancia.

SON SOSTENIBLES

La casquería es el recurso de aprovechar todo el animal de una forma consciente haciendo más sostenible el proceso alimentario. Así, se evita desechar unas piezas que, no solo son aprovechables, sino también nutritivas y exquisitas.

SON EXQUISITAS

La casquería vuelve a ser un manjar. El mundo gourmet se ha rendido a sus posibilidades y se ha convertido en una imaginativa tendencia culinaria.



HÍGADO DE CORDERO IGP TERNASCO DE ARAGÓN EN SAOR VENECIANO



INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

- 400 g de hígado de cordero IGP Ternasco de Aragón
- 2 cebollas DOP Fuentes de Ebro grandes, cortadas en juliana muy fina
- 60 ml de vinagre de arroz
- 100 ml de vino blanco seco
- 40 g de pasas sultanas
- 40 g de orejones cortados a daditos
- 30 g de piñones
- 2 cucharadas de AOVE
- 1 hoja de laurel
- 50 g de edamames
- Sal y pimienta negra recién molida
- Tallos de borraja

BASE SAOR

En una sartén amplia, sofríe la cebolla en AOVE a fuego bajo, con la hoja de laurel. Añade una pizca de sal y pimienta y deja que se confite lentamente hasta quedar muy tierna y dorada (unos 20-25 minutos). Incorpora las pasas, los orejones y los piñones previamente tostados y mezcla bien. Desglasa con el vino blanco, deja evaporar el alcohol y añade el vinagre. Deja cocer 5 minutos. Déjalo enfriar toda la noche a temperatura ambiente para que se asienten los sabores.

MARCA Y ASA EL HÍGADO

Corta y salpimenta el hígado. Márcalo en sartén a fuego fuerte para hacer un tataki que quede dorado por fuera y jugoso por dentro. Escúrrelo bien sobre papel absorbente y cocínalo unos 3 minutos en el horno a 180 grados para que se acabe de asar.

PREPARA LA BORRAJA

Escalda los tallos de borraja 3 minutos en agua hirviendo con una cucharadita de sal y bicarbonato. Pásalos a agua con hielo para cortar la cocción y poder limpiarlos fácilmente.

MONTA EL PLATO

Templa el saor y agrega los edamames. Disponlo en la base del plato y encima el hígado cortado en láminas. Acaba con los tallos de borraja aliñados y unos piñones tostados.



Fusionamos la clásica receta de hígado encebollado con la también clásica receta veneciana del saor o escabechado de sardinas. Un toque agrídulce que equilibra el sabor de nuestro hígado, junto con la frescura y el crujiente que aportan la borraja y los edamames.



RIÑONES DE CORDERO IGP TERNASCO DE ARAGÓN

AL VINO RANCIO CON CURRY VERDE



INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

- 4 riñones de cordero IGP Ternasco de Aragón
- 1 vaso de vino rancio (200 ml aprox.)
- 1 cebolla grande picada
- 2 dientes de ajo picado
- 1 cucharada de pasta de curry verde (2 si lo quieres más potente)
- 1 vaso de caldo de cordero (200 ml)
- 400 ml leche de coco
- 2 cucharadas de AOVE
- 3 hojas de lima kaffir
- 1 tallo de lemongrass
- Sal y pimienta negra recién molida
- Un manojo de hojas de cilantro
- Yogurt de coco
- 200 g de arroz jazmín
- DOP Melocotón de Calanda
- Gochugaru (copos o polvo de Chile)
- Hierbas y flores

LIMPIA LOS RIÑONES

Retira la grasa blanca central y sumérgelos en agua fría con un chorrillo de vinagre, hielo y sal durante 30 minutos. Escurre, enjuaga y seca.

PREPARA EL SOFRITO

En una sartén amplia, calienta el AOVE, añade cebolleta y ajo picados y sofríe hasta dorar ligeramente.

COCINA LOS RIÑONES

Añade los riñones, salpimenta y dora a fuego vivo 2-3 minutos.

DESGLASADO

Verter el vino rancio, dejar hervir fuerte 2 minutos para evaporar alcohol y reserva los riñones.

No limpies la sartén y úsala para arrancar la salsa de curry verde.

PARA LA SALSAS DE CURRY VERDE

En la sartén anterior añade el ajo, la cebolla, las hojas de lima y el lemon-

grass cortado en trozos.

Rehoga 5 minutos, agrega la pasta de curry verde y mezcla. Incorpora luego el caldo y la leche de coco y cocina a fuego suave 15 minutos.

ACOMPAÑAMIENTO

-Arroz jazmín cocido al vapor (200 g).
-DOP Melocotón de Calanda con gochugaru: pela y corta en dados 2 melocotones, agrégale ½ cucharada de sal, 1 cucharada de azúcar, 2 cucharadas de vinagre de arroz y 1 cucharada de sésamo negro y gochugaru. Mezcla todo y déjalo marinar tapado en la nevera durante una noche.

EMPLATADO

Hacemos en el fondo un cordón de yogurt, disponemos encima el arroz, el melocotón, las hierbas y las flores. En el centro agregamos el curry verde caliente y los riñones cortados a la mitad.



La intensidad de sabor de los riñones la domamos con una salsa de curry verde, potente y aromático, y la suavidad del arroz, el melocotón y el yogurt. Un viaje a Tailandia con producto de Aragón.



ASADURILLA DE CORDERO IGP TERNASCO DE ARAGÓN EN TACOS "AL PASTOR"



LAVA Y SELLA

Lava bien la asadurilla, retira telillas y separa bien las 4 partes. Lava el corazón y el pulmón en agua con sal, vinagre y hielo durante 2 horas. Enjuaga y seca bien.

Corta cada parte en cubos pequeños. Salpimenta y en una sartén amplia, sofríe cada parte por separado con la grasa (previamente fundida) o el aceite, hasta que se selle (la molleja y el hígado necesitan menos tiempo que el corazón y el pulmón).

PREPARA EL ADOBO AL PASTOR

Mezcla el achiote y el chipotle con el azúcar, el zumo y la ralladura de naranja. Agrega las especias, el ajo, la cebolla y la piña cortados muy finos. Debe quedar una salsa densa, rojiza y aromática.

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

Para la asadurilla y el adobo:

- 500 g de asadura de cordero IGP Ternasco de Aragón
- 2 dientes de ajo
- 1 cebolla blanca grande
- 100 g de grasa de cordero (o AOVE)
- Sal y pimienta
- 1 cucharada de pasta de chile chipotle
- 3 cucharadas de achiote en pasta
- 3 rodajas de piña natural
- 1 cucharadita de orégano seco, 1 de comino molido y 1 de pimentón dulce
- 1 pizca de azúcar
- Zumo y ralladura de 2 naranjas

Para servir:

12 tortillas de maíz, 1 cebolla morada cortada en juliana y encurtida, cilantro (brotes u hojas), piña en daditos, lima en cuartos, aguacate en dados, crema agria

PREPARA EL MARINADO

Mezcla la asadurilla ya salteada con el adobo. Deja reposar un mínimo de 8 horas en la nevera (mejor de un día para otro).

ASA Y TATEMA

Tuesta en sartén o en horno a 180 grados el marinado de asadurilla y adobo hasta que caramelice y se quede jugoso. Paralelamente, pasa por la llama de un soplete (o marca en la plancha) la piña y el aguacate en cubos. Este proceso se llama tatemar.

MONTA LOS TACOS

Calienta las tortillas, coloca una base de asadurilla al pastor y añade cebolla, cilantro, piña y aguacate con un poco de crema agria. Acompaña con los cuartos de lima y si te quieres lucir, propón una salsa mexicana bien picosa.



El intenso sabor de la asadurilla lo refrescamos con los acompañamientos y dándole mucha profundidad con los tatemados. Los tacos al pastor son un icono de la cocina mexicana que se pueden adaptar a nuestra casquería de manera equilibrada.

CARRILLERAS DE CORDERO IGP TERNASCO DE ARAGÓN GUISADAS CON AZAFRÁN



INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

- 12 carrilleras de cordero IGP Ternasco de Aragón (limpias de grasa y nervios)
- 2 cebollas
- 2 zanahorias
- 3 dientes de ajo
- 2 puerros (parte blanca)
- 2 ramas de apio
- 200 ml de vino blanco seco y 200 ml de vino tinto
- 1 litro de caldo de cordero o de carne
- Hebras de azafrán (unas 10-12)
- 1 hoja de laurel, 2 ramas de romero y tomillo
- AOVE
- Espesante
- Sal y pimienta negra recién molida
- Harina para sellar las carrilleras
- Para acompañar:
- Mini patata, cebolleta, mazorca de maíz
- Queso crema
- Flor de ajo

SELLA LAS CARRILLERAS

Sazona las carrilleras con sal y pimienta. Pásalas ligeramente por harina y fríe de 4 en 4 en AOVE a 185 °C. Seca y reserva en papel.

SOFRIÉ LA BASE

Pocha a fuego medio la cebolla, el puerro, el apio, la zanahoria y los ajos picados finamente, hasta caramelizar (unos 15-20 min). Agrega los aromáticos.

DESGLASA Y AROMATIZA

Añade las hebras de azafrán (ligeramente tostadas), incorpora el vino y deja evaporar el alcohol. Raspa el fondo de la cazuela para recoger los jugos y deja reducir 30 minutos. Cuela y reserva.

A GUISAR

Vuelve a poner las carrilleras en una olla, cubre con el caldo y cocina a

fuego bajo durante 15 minutos tapado parcialmente. Deja reposar hasta enfriar y saca las carrilleras. Espesa ligeramente la salsa para glasear las carrilleras en una sartén partiendo desde frío y, en el último momento, puedes agregar una nuez de mantequilla para que brillen.

PRECOCINA LA GUARNICIÓN

Cuece las verduras y/o hortalizas que servirán de acompañamiento.

MONTA EL PLATO

Sirve las carrilleras glaseadas con la salsa de azafrán y acompáñalas de las verduras y/o hortalizas salteadas con mantequilla (respetando la cocción previa), punteando con la crema de queso y las flores de ajo.



Con esta receta buscamos unas carrilleras tersas, que se puedan morder para disfrutar de su sabor y textura.



LENGUA DE CORDERO IGP TERNASCO DE ARAGÓN EN RAGÚ CON GNOCCHI



INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

- 1 kg de lenguas de cordero IGP Ternasco de Aragón
- 2 cebollas grandes picadas
- 3 zanahorias medianas, en cubitos
- 2 tallos de apio, en cubitos
- 4 dientes de ajo
- 150 ml de vino tinto y 150 ml de blanco
- 300 g de tomate frito casero
- 50 ml de leche
- 300 ml de caldo de cordero o carne
- Hierbas: laurel, romero, tomillo y orégano
- AOVE, sal y pimienta negra recién molida
- 300 g de gnocchi
- 80 g de mantequilla
- ¼ de queso de oveja Granja Perales viejo
- Paté de oliva negra del Bajo Aragón
- Brotes de albahaca

PREPARA LAS LENGUAS

Lávalas y cuécelas en agua con sal, laurel y media cebolla durante 25 minutos en olla exprés. Déjalas templar para poderlas pelar y cortar en trozos.

SOFRITO

Sofríe ligeramente cebolla, zanahoria, ajo y apio (tienen que quedar enteros). Agrega los aromáticos y rehoga.

DESGLASA

Desglasa con el vino y reduce a la mitad. Incorpora el tomate y el caldo y cocina 15 minutos.

GUISA

Añade la leche y las lenguas cortadas. Cocina en olla tapada, a fuego bajo 10 minutos hasta que este meloso. Ajusta de sal y pimienta.

PREPARA LOS GNOCCHI

Hierve agua con sal, echa los gnocchi en tandas y retíralos cuando suban a la

superficie (1-2 min). Enfría ligeramente en bandeja con un chorrito de AOVE.

Tuesta los gnocchi con la mantequilla y reserva.

Ralla el queso y ponlo en una sartén antiadherente a fuego bajo para hacer unas tejas de queso. Retira el exceso de grasa con papel de cocina y reserva.

Mezcla el paté de oliva negra con la mitad de su peso de AOVE, pásalo por la túrmix y guárdalo en un biberón o recipiente para salsear.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Sirve un fondo de ragú, coloca los gnocchi encima y termina con las tejas de queso apoyándolas sobre ellos junto a los brotes de albahaca. Alrededor del conjunto, haz un cordón con la emulsión de oliva negra y aceite.



Un clásico de la cocina italiana reinterpretado con nuestra casquería. La melosidad de la lengua contrasta con el crujiente de los gnocchi y la teja de queso y con la profundidad de la oliva negra.



SESOS DE CORDERO IGP TERNASCO DE ARAGÓN EN TEMPURA DE MAÍZ NIXTAMALIZADO CON ALIOLI DE PEREJIL



LIMPIA LOS SESOS

Retira membranas y restos de sangre. Ponlos en agua fría y hielo con un poco de sal y unas gotas de vinagre durante 90 minutos. Escurre y enjuaga.

CUECE LOS SESOS

Lleva a ebullición agua con sal y una hoja de laurel. Introduce los sesos y cuece 3 minutos. Enfría rápidamente en agua con hielo, escurre y seca. Corta en porciones del tamaño de un bocado (cada seso en 6) y congela.

ALIOLI DE PEREJIL

En un robot de cocina pon el aceite, el ajo y el perejil, programa 65 °C durante 5 minutos a velocidad 2. Pasado este tiempo, ponlo a velocidad máxima 5 minutos. Cuela y enfría rápido en un baño maría invertido. En un vaso para túrmix pon el huevo y la yema y añade el aceite poco a poco con la batidora

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

- 4 sesos de cordero IGP Ternasco de Aragón
- 80 g de harina de maíz nixtamalizado
- 50 g de harina de trigo
- 250 g de agua muy fría
- 10 g de vodka
- 5 g de sal fina
- Aceite de girasol o mezcla (suficiente para freír en abundancia)

Para el alioli de perejil

- 1 huevo
- 1 diente de ajo sin germen
- 150 g de aceite de oliva suave
- 150 g de aceite de girasol
- Un manojo de perejil fresco (solo hojas)
- Sal al gusto

apoyada en el fondo hasta que emulsione. Ajusta de sal y guarda en una manga pastelera.

TEMPURA DE MAÍZ

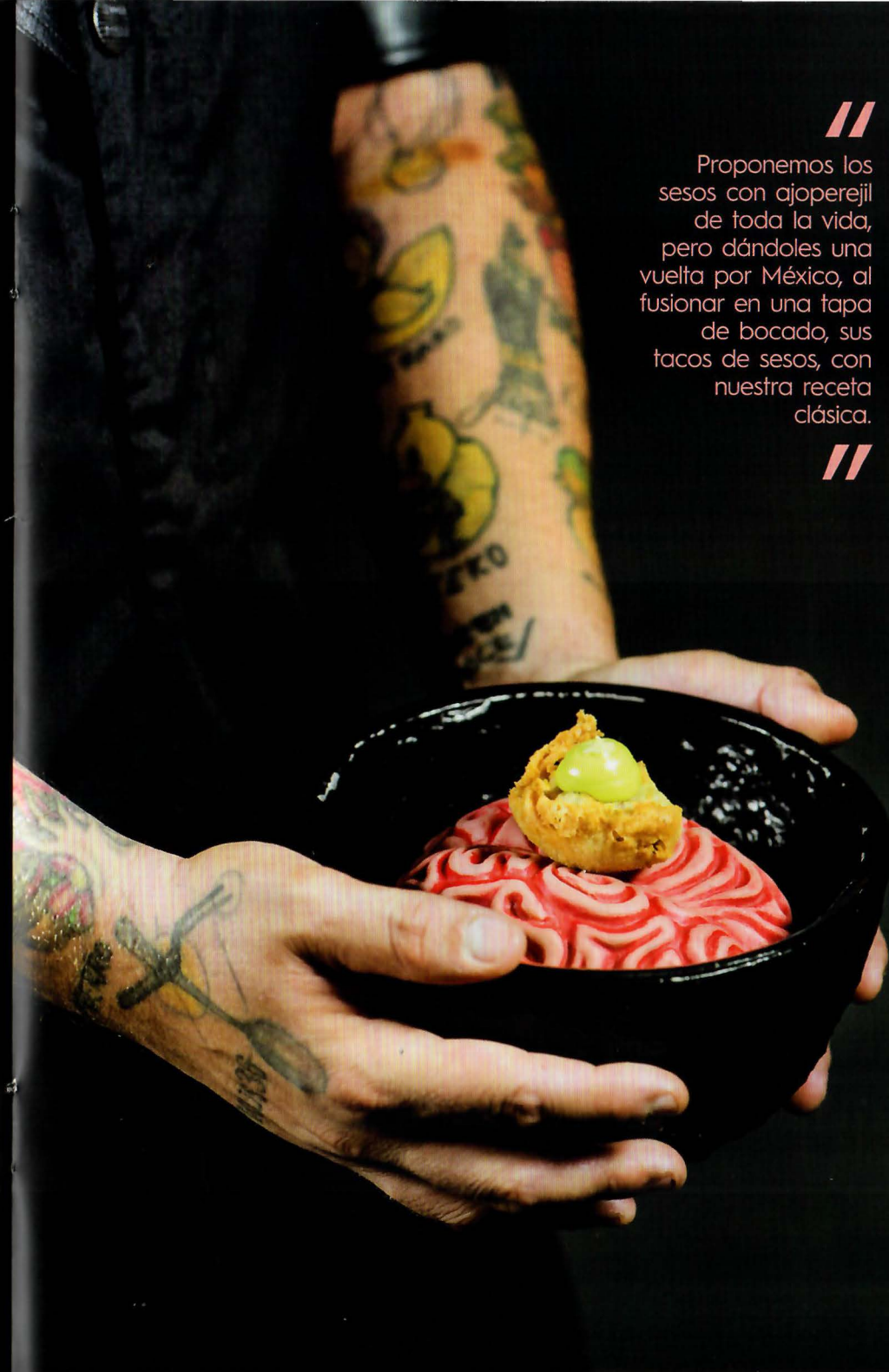
En un bol, mezcla la harina de maíz nixtamalizado, la sal, el agua y el vodka hasta obtener una masa lisa.

REBOZA Y FRÍE

Pasa los sesos congelados por harina, deja reposar entre 30 y 45 minutos. Pasa los trozos de sesos por la tempura y fríe (máximo 6 de vez) en aceite a 185 °C hasta dorar y quedar crujientes. Escurre sobre papel absorbente.

EMPLATA

Sirve los sesos en tempura recién fritos acompañados de alioli de perejil.



//
Proponemos los sesos con ajoperejil de toda la vida, pero dándoles una vuelta por México, al fusionar en una tapa de bocado, sus tacos de sesos, con nuestra receta clásica.



CABEZAS DE CORDERO IGP TERNASCO DE ARAGÓN EN FESTIVAL SAAM



INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

Para las cabezas

- 4 cabezas de cordero IGP Ternasco de Aragón partidas por la mitad (bien limpias)
- 4 dientes de ajo
- 3 chiles
- 50 g de salsa de soja
- 20 g de azúcar
- 25 g de mirin
- 1 trozo de jengibre
- 300 g de vino blanco seco
- AOVE
- Sal y pimienta

Para los saams:

- 12 hojas de cogollo, pepinillos cortados, cebolletas y piparras, bastones de zanahoria encurtida, hierbas frescas: menta, cilantro, albahaca, perejil. Salsa sweetchili. Opcional: patatas chips o cacahuetes

LIMPIA LAS CABEZAS

Pon las cabezas en agua con sal, vinagre y hielo durante 4 horas. Si es necesario, cambia el agua y repite el proceso. Seca muy bien las cabezas.

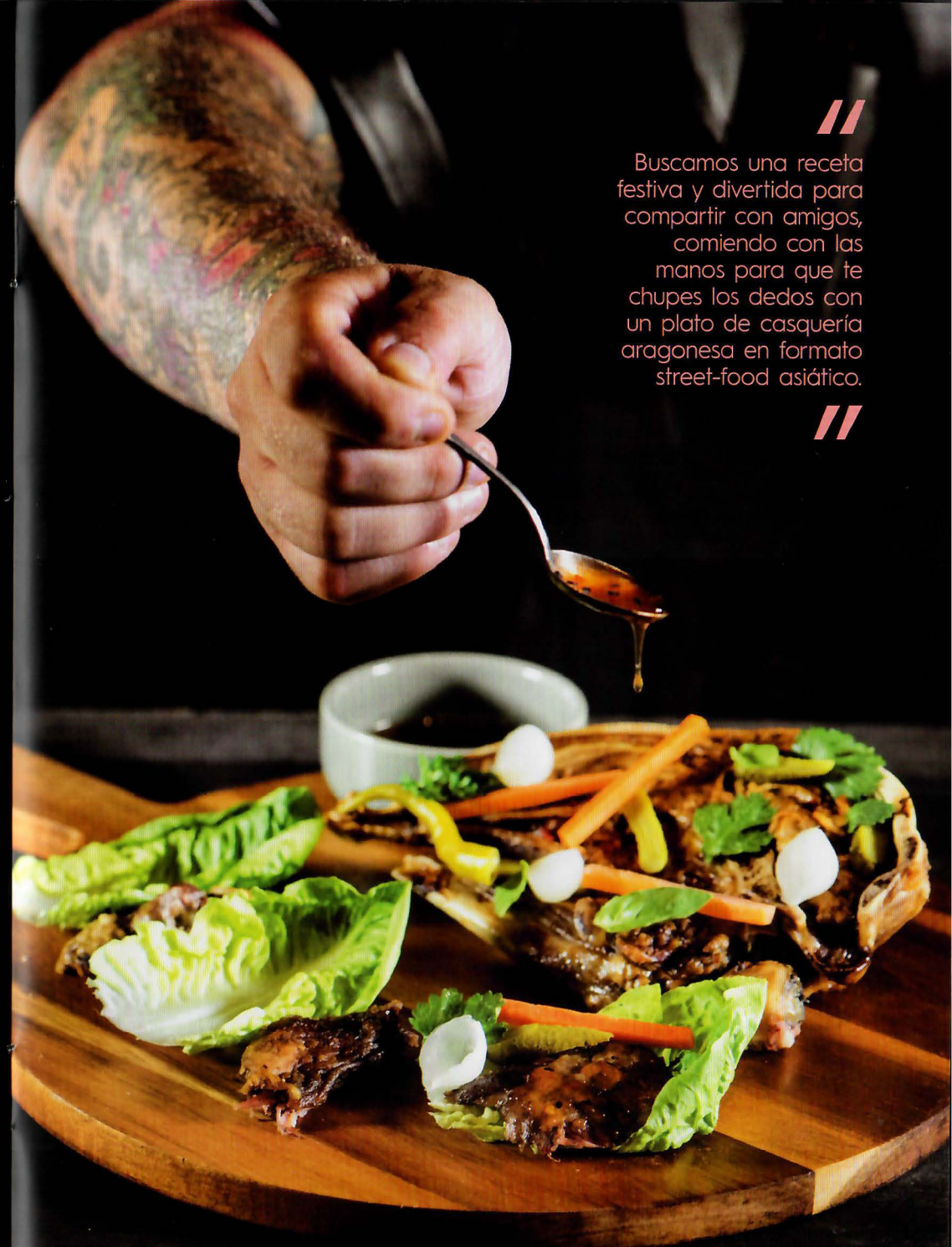
ASA LAS CABEZAS

Precalienta el horno a 180 °C, coloca las medias cabezas en una o varias bandejas de horno con el interior hacia arriba, riega con AOVE y salpimenta. Asa 1 hora, regando un par de veces con el vino blanco. Prepara una mezcla triturando la salsa de soja, mirin, jengibre, ajo, chile y azúcar. Pinta y empapa bien las cabezas con la mezcla y sube el horno a 200 °C durante 30 minutos más.

Tapa la bandeja con papel de aluminio y deja reposar 60 minutos con el horno apagado.

PREPARA LOS SAAMS

Dispón las cabezas en una bandeja con todos los toppings alrededor y empieza el festival. Monta tu saam colocando un poco de carne de cabeza desmigada (o tu parte favorita) sobre la hoja de cogollo, añade toppings y termina con hierbas frescas, un hilo de salsa sweetchili y un toque crujiente de chips o cacahuetes.



Buscamos una receta festiva y divertida para compartir con amigos, comiendo con las manos para que te chupes los dedos con un plato de casquería aragonesa en formato street-food asiático.



Las virtudes de las piezas de casquería que se destacan en este recetario están basadas en los estudios realizado por los investigadores:

Alba Santaliestra Pasías, Grupo Growth, Exercise, Nutrition and Development (GENUD), Instituto Agroalimentario de Aragón (IA2), Universidad de Zaragoza, Instituto de Investigación Sanitaria de Aragón, Centro de Investigación Biomédica en Red Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición (CIBER-Obn).

Begoña Panea y Guillermo Ripoll, Grupo INPASS: Investigación en Producción Agroganadera Sostenible y Saludable. Centro de Investigación y Tecnología Agroalimentaria de Aragón (CITA), Instituto Agroalimentario de Aragón (IA2), Universidad de Zaragoza.



FRANCHESKO VERA, chef y copropietario de Restaurante Gamberro, Zaragoza.

Su cocina transforma lo esencial en extraordinario, con recetas que ensalzan la tradición y la proyectan hacia la alta gastronomía.

En sus manos, la casquería IGP Ternasco de Aragón no es solo un ingrediente: es cultura, identidad y emoción. Este recetario recoge esa mirada única donde técnica y sensibilidad se unen para ofrecernos un viaje inolvidable al corazón de la cocina aragonesa.

PRIMERA CARNE FRESCA DE ESPAÑA
CON CALIDAD DIFERENCIADA
QUE CERTIFICA SU CASQUERÍA

GARANTÍA DE ORIGEN

N O V E D A D

CAS
QUE
RÍA

IGP TERNASCO
DE ARAGON



GOP2023003000 PARA EL DESARROLLO, TRAZABILIDAD, CERTIFICACIÓN Y DIFERENCIACIÓN DE LA
CASQUERÍA IGP TERNASCO DE ARAGON



Unión Europea
FEADER
Europa invierte
en las zonas rurales

 **GOBIERNO
DE ARAGON**