

# DE RINCÓN, **EL BOQUERÓN**

USOS GASTRONÓMICOS DEL  
BOQUERÓN VICTORIANO

-VOLUMEN 4-



RINCÓN de la  VICTORIA  
*Lleno de vida*

COSTA DEL SOL • AXARQUÍA





# DE RINCÓN, **EL BOQUERÓN**

USOS GASTRONÓMICOS DEL  
BOQUERÓN VICTORIANO

-VOLUMEN 4-



**- EDITA -**

AYUNTAMIENTO DE  
RINCÓN DE LA VICTORIA

**- PRODUCCIÓN,  
DISEÑO Y MAQUETACIÓN -**  
GASTRONÓMICO

**- FOTOGRAFÍA -**  
RAFAEL BUENO

**- COLABORAN -**  
CERVEZAS VICTORIA Y  
RESTAURANTE BELUGA

**- ISBN -**  
978-84-09-08255-1

**- DEPÓSITO LEGAL -**  
MA 1668-2021

# ÍNDICE

RINCÓN DE LA VICTORIA, UN LUGAR  
ÚNICO JUNTO AL MEDITERRÁNEO

08

FIESTA DEL BOQUERÓN  
VICTORIANO

10

EL BOQUERÓN, UN PRODUCTO PRESENTE EN LA COCINA EMERGENTE

13

14

ENSALADA DE PIMIENTOS  
EN TEXTURAS CON  
BOQUERONES EN VINAGRE

16

CEVICHE AVINAGRADO DE  
BOQUERÓN VICTORIANO  
CON SALMOREJO DE  
AGUACATE

18

CAPRICHIO DE  
BOQUERÓN

20

TACO DE BOQUERÓN CON  
CREMOSO DE AGUACATE Y  
CEBOLLA ENCURTIDA

22

TOSTA DE BOQUERÓN CON  
SALMOREJO Y AOVE

24

SPRING ROLL DE  
BOQUERÓN Y PISTO

26

BOQUERONES EN  
PAPILLOTE

28

AXARCO  
TARTAR

30

PIPIRRANA FRESCA  
DE BOQUERONES  
AL NATURAL

32

BOQUERONES CON  
CREMA FRÍA DE PILPIL  
AL PIMENTÓN

34

AGUA DE  
PIPIRRANA TEXTURIZADA  
CON MATRIMONIO DE  
ANCHOAS Y BOQUERÓN

36

FLOR DE  
BOQUERONES

38

SUQUET DE  
BOQUERÓN

40

BOQUERÓN ASADO CON  
PIPIRRANA A LA MORUNA  
Y CHIPS DE MANDIOCA

42

MILHOJAS  
DE BOQUERÓN

44

BOQUERONES  
ENCEBOLLADOS



**46**

AJOBLANCO CON  
BOQUERONES EN VINAGRE,  
UVAS MOSCATEL, ALMENDRAS  
FRITAS Y PASAS MALAGUEÑAS

**48**

LA MORUNA  
DE INÉS

**50**

BOQUERÓN VICTORIANO Y  
SUNOMONO DE UMECHU

**52**

PEPITO DE BOQUERON EN  
TEMPURA CON MAYONESA  
DE YUZU

**54**

BOQUERÓN A LA LLAMA,  
HUEVAS DE ARENQUE Y  
AJOBLANCO DE MANZANA

**56**

SOBREHÚSA DE  
TOMATE Y BOQUERÓN

**58**

GAZPACHUELO THAI DE  
COCO Y BOQUERONES

**60**

WONTON CRUJIENTE DE  
BOQUERONES AHUMADOS,  
CREMA DE PINTARROJA,  
AJONEGRO Y MIEL DE CAÑA

**62**

AREPA DE  
BOQUERONES  
EN COCO

**64**

BOQUERONES  
ZARANDEADOS

**66**

BOQUERONES CON  
VINAGRETA DE  
ANACARDOS

## EL BOQUERÓN MÁS DULCE

BOC - ARTE DULCE

**70****69**

## EL BOQUERÓN DE LA TRADICIÓN

BOQUERONES EN VINAGRE

**74**

BOQUERONES FRITOS

**76****73**

## RINCÓN DE LA VICTORIA, LLENO DE VIDA

**78**



FRANCISCO SALADO  
ALCALDE DE RINCÓN DE LA VICTORIA

---

# RINCÓN DE LA VICTORIA, **UN LUGAR ÚNICO** JUNTO AL MEDITERRÁNEO

Rincón de la Victoria se ha convertido en una de las joyas de la corona de la provincia de Málaga. Su calidad de vida, los servicios que ofrece y su clima han hecho de nuestro municipio un lugar único para vecinos y visitantes. Los atractivos turísticos que tiene nuestra localidad son muchos, y la gastronomía es uno de ellos. Productos venidos del mar y de la huerta, un sector agroalimentario que crece sin parar en el entorno de la Axarquía, comarca a la que pertenecemos, y unos cocineros que con sus habilidades transforman la materia prima en los platos más exquisitos. Todo esto es lo que ofrece Rincón de la Victoria culinariamente hablando, a lo que se suman nuestros casi ocho kilómetros de playa y puntos de interés turístico como las torres almenaras, la Casa Fuerte Bezmiliana o la Cueva del Tesoro, así como un interesante e intenso calendario anual de actividades turísticas, culturales y deportivas.

Dentro de esa agenda se encuentra la Fiesta del Boquerón Victoriano, un evento que se ha consolidado como uno de los más importantes de la provincia de Málaga en materia gastronómica y que es Fiesta de Interés Turístico Provincial. En los primeros días de septiembre, coincidiendo con la

festividad de la Virgen de la Victoria, se celebran estas jornadas que aúnan cocina en directo, degustaciones culinarias, catas de vino, mercado agroalimentario y conciertos. Son varios días en los que el boquerón, nuestro pez de plata, es el protagonista y donde cocineros de reconocido prestigio ensalzan todas sus bondades.

Este recetario es fruto del trabajo que realiza la Concejalía de Turismo durante todo el año con la colaboración del sector hostelero de la provincia. Se trata de la cuarta edición de nuestra particular biblioteca gastronómica en torno al boquerón, sus peculiaridades y sus atributos gastronómicos. Platos llenos de sabor, sabiduría y fantasía que ponen en valor todo el trabajo realizado en los últimos años.

Los amantes de la cocina tienen de nuevo la oportunidad de conocer una parte de nuestra gastronomía, la del boquerón victoriano, a través de un nutrido número de recetas. Con él le hacemos llegar un pedacito de la Fiesta del Boquerón Victoriano y la invitación para que venga a visitarnos en cualquier época del año. Estoy seguro de que en Rincón de la Victoria encontrará un lugar al que querrá volver.

# FIESTA DEL **BOQUERÓN** **VICTORIANO**

La Fiesta del Boquerón Victoriano es un evento que se celebra en los primeros días del mes de septiembre en Rincón de la Victoria, coincidiendo con la festividad de la Virgen de la Victoria, patrona de la localidad. Esta cita ineludible para los amantes de la gastronomía se ha ido consolidando hasta convertirse en uno de los proyectos de promoción gastronómica más relevantes de la provincia de Málaga, no solo por el número de asistentes que recibe cada año, sino por el contenido de calidad que se desarrolla durante varios días en torno a la cocina, los productos del mar y de cercanía, los vinos y los aceites de oliva.

Durante la Fiesta del Boquerón Victoriano, cocineros consolidados y emergentes hacen de Rincón de la Victoria el epicentro de la gastronomía malagueña con sus showcookings, a los que acompañan con degustaciones culinarias, catas de vinos de Málaga y charlas sobre los aceites de oliva virgen extra y sobre los productos agroalimentarios de la provincia. Una cita que cada año crece en número de participantes profesionales, entidades protectoras y asistentes y que se ha convertido en referente en el calendario de fiestas gastronómicas de la provincia.

Además, de estas actividades, restaurantes del municipio y de Málaga capital participan durante dos semanas en una acción promocional a través de la que ofrecen en sus cartas platos elaborados con boquerón.

Esa gran red de restaurantes, en la que ya han participado más de medio centenar de establecimientos, es el gran germen de este recetario que este año edita su cuarto volumen. Entre todos hemos conseguido que el boquerón tenga su propia biblioteca gastronómica para ensalzar las propiedades culinarias de este pescado tan versátil y tan nuestro que tiene tantas propiedades. Desde preparaciones tradicionales, hasta elaboraciones de autor, internacionales, creativas e, incluso, dulces. Todo es posible dentro de la creatividad culinaria.

Querido lector, tiene en sus manos algo tan valioso como unas páginas de conocimiento gastronómico. Le invitamos a que viva este recetario cocinando, divirtiéndose y saboreando nuestro pez de plata. Feliz lectura.







## EL BOQUERÓN, UN PRODUCTO PRESENTE EN LA **COCINA EMERGENTE**

El boquerón es uno de los iconos gastronómicos de Rincón de la Victoria, un pescado versátil, que se ha convertido en materia prima de platos de innumerables estilos. Aperitivos, platos principales, cocina de autor y elaboraciones internacionales son muestra de ello. Este pescado azul ha seducido a esos cocineros que aplican técnica y creación en la Málaga gastronómica de hoy. Estas páginas recogen el gran viaje gastronómico de nuestro pez de plata.



# ENSALADA DE PIMIENTOS EN TEXTURAS CON BOQUERONES EN VINAGRE

4 MESAS (RINCÓN DE LA VICTORIA) • Antonio López

## Ingredientes para una ración

≈ 100 g de boquerones en vinagre	≈ 500 ml de aove
≈ 1 kg de pimientos rojos	≈ Perejil
≈ 1 kg de pimientos verdes	≈ Sal
≈ 1 cebolla roja	≈ Azúcar
≈ 1 l de vinagre	≈ Micromezclum

## Elaboración

Limpiar los pimientos e introducir en el horno a 180 °C durante 35 o 40 minutos con un poco de aceite de oliva virgen extra. Una vez asados, sacarlos del horno y dejarlos enfriar tapados con film transparente para que sean más fáciles de pelar. Una vez se hayan enfriado los pimientos, pelar y cortar a tiras. A continuación, coger el agua que han soltado los pimientos, separarla del aceite de oliva y calentar hasta reducir para que se caramelize. Reservar este caramelo para hacer después la vinagreta.

Por otro lado, coger uno de los pimientos ya asados y un poco de azúcar y hacer una mermelada.

Para hacer la vinagreta, coger un poco de vinagre, aceite de oliva y la reducción del jugo de los pimientos.

## Emplatado

Pintar el plato con la mermelada, poner en el centro la ensalada de pimientos y sobre esta los boquerones en vinagre. Aliñar con la vinagreta y decorar con micromezclum.







# CEVICHE AVINAGRADO DE BOQUERÓN VICTORIANO CON SALMOREJO DE AGUACATE

ALMA PLAYA (TORRE DE BENAGALBÓN) · Filo Mata

## Ingredientes para una ración

### Para la tosta crujiente de piquillo y parmesano

≈ 50 g de miga de pan artesano de cereales  
≈ 2 claras de huevo  
≈ 5 g de harina de trigo  
≈ 40 g de parmesano  
≈ 18 g de pimientos del piquillo

### Para el salmorejo de aguacate

≈ 100 g de aguacate  
≈ 7 g de ajo  
≈ 5 g de zumo de lima  
≈ 7 g de aove  
≈ Sal

### Para el ceviche de boquerón victoriano

≈ 18 g de boquerones en vinagre  
≈ 8 g de cebolla cortada en juliana muy fina  
≈ 1 chile rojo picado  
≈ 6 de hojas cilantro fresco  
≈ 5 g de crema de mango  
≈ 5 g de ají amarillo  
≈ 20 g de leche de coco  
≈ Sal  
≈ Zumo de 1 lima

## Elaboración

Para hacer la tosta crujiente de piquillo y parmesano, triturar todos los ingredientes hasta conseguir una masa homogénea. Extenderla en una bandeja de horno sobre papel sulfurizado y hornear a 180 °C durante 15 minutos.

Para el ceviche, poner a macerar todos los ingredientes en un bol durante 5 minutos.

Para hacer el salmorejo de aguacate, triturar todos los ingredientes en un robot de cocina.





### Emplatado

Extender el salmorejo sobre la tostada crujiente, poner encima el ceviche de boquerón y terminar con unas hojas de cilantro fresco.



# CAPRICHIO DE BOQUERÓN

AVANTE CLARO (LA CALA DEL MORAL) • Julio Jesús González

## Ingredientes para una ración

- ≈ 50 g de boquerones sin espinas
- ≈ 3 g de panko
- ≈ 1 pan brioche de 30 g
- ≈ 1 yema de huevo de codorniz
- ≈ 3 g de salsa de ostras
- ≈ 3 g de cebolla crujiente
- ≈ 5 ml de salsa ponzu
- ≈ 3 g de cebolla morada
- ≈ 3 g de salsa kimchi
- ≈ 1 hojita de lechuga
- ≈ Marinado de ajo, pimentón y limón
- ≈ Aove

## Elaboración

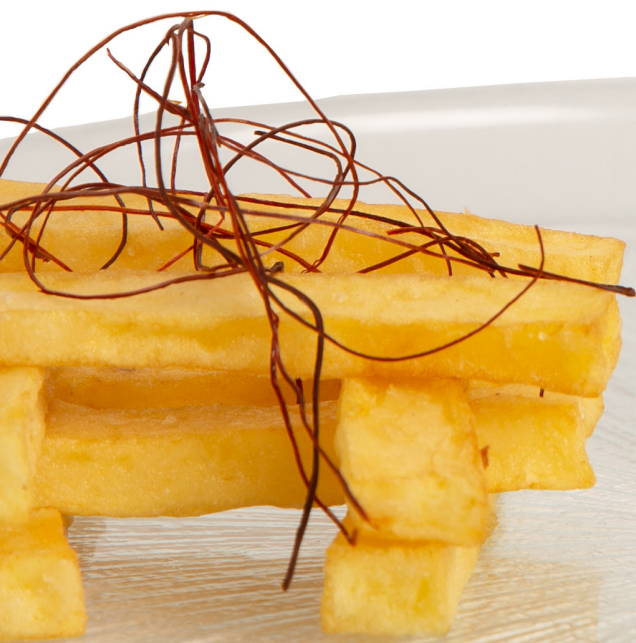
Cortar los boquerones en daditos y freír en el aceite de oliva. Cuando enfríe, añadir la salsa de ostras, el ponzu, la cebolla morada y la cebolla crujiente. Empanar en el panko y freír. Mientras, empapar la lechuga en el marinado. Reservar ambos hasta emplatar.

## Emplatado

Tostar el pan brioche en el horno durante unos minutos a 240 °C. Una vez horneado, poner un poco de kimchi en la base del pan, seguir con la hamburguesa, otro poco de kimchi, la hoja de lechuga y la otra parte del pan. Acompañar de patatas fritas si se desea.







# TACO DE BOQUERÓN CON CREMOSO DE AGUACATE Y CEBOLLA ENCURTIDA

**BENDITA KATALINA (TORRE DE BENAGALBÓN) · Diego Narbona**

## Ingredientes para 6 raciones

### Para los boquerones

≈ 500 g de boquerones  
≈ 40 g de ajo  
≈ 90 g de zumo de limón  
≈ 5 g de perejil fresco  
≈ 25 g de sal  
≈ 400 g de harina de freír  
≈ 2 l de aove

### Para las tortitas de los tacos

≈ 130 g de agua  
≈ 250 g de harina de trigo  
≈ 35 g de aove  
≈ 3 g de impulsor químico

### Para el cremoso de aguacate

≈ 500 g de aguacate  
≈ 60 g de zumo de lima  
≈ 6 g de sal  
≈ 1 g de pimienta molida  
≈ 70 g de aove

### Para la cebolla encurtida

≈ 1 kg de cebolla morada  
≈ 100 g de zumo de lima  
≈ 35 g de vinagre de vino  
≈ 80 g de sal  
≈ 30 g de azúcar  
≈ 10 g de pimienta rosa en grano

### Para la mayonesa de aove

≈ 60 g de huevo  
≈ 15 g de sal  
≈ 80 g de aove  
≈ 100 g de aceite de girasol  
≈ 25 g de zumo de limón

### Para la decoración de los tacos

≈ Hojas de cilantro  
≈ Shichimi togarashi  
≈ 1 lima

## Elaboración

Limpiar los boquerones, quitándoles la cabeza, las tripas y la espina central. Dejar los lomos abiertos y ponerlos en un bol con agua, hielo y una pizca de sal para que se desangren bien. Después, ponerlos en una bandeja con la piel hacia abajo. Picar el ajo y el perejil. Se puede hacer en un mortero o picado a cuchillo muy fino. Exprimir el zumo de limón y mezclar con el ajo, el perejil y un poco de sal. Añadir a los boquerones y dejarlos macerar al menos un par de horas.

Para hacer las tortitas, tamizar en un bol la harina y el impulsor químico, añadir en el centro el aceite y el agua y amasar. Sobre una mesa añadir un poco más de harina y amasar hasta conseguir una masa homogénea.





Hacer bolitas pequeñas (del tamaño de estas dependerá el tamaño de las tortitas) y dejar reposar unos 30 minutos con un paño por encima. Pasado este tiempo, aplastar con un rodillo las bolitas hasta conseguir que las tortitas queden bien finas. A continuación, hacerlas en una sartén al fuego bien caliente durante unos 30 segundos por cada lado (darles la vuelta cuando empiezan a salir burbujitas).

Para el cremoso de aguacate, añadir en un vaso batidor el aguacate, con el zumo de lima, la sal y la pimienta. Triturar hasta conseguir una crema fina y añadir el aove poco a poco. Probar para corregir los sabores, meter en una manga y reservar hasta la hora de emplatar. A continuación, pelar y cortar las cebollas moradas en juliana, ponerlas en un bol con la sal, mezclar y dejar, al menos, media hora para que suelte bastante agua. Después, enjuagar bien para que no quede salada. Una vez bien escurrida, añadir la pimienta rosa, el azúcar diluido en el zumo de

lima y el vinagre. Mezclar y dejar que pasen unas tres horas para que el resultado sea la cebolla encurtida. Por último, hacer la mayonesa emulsionando todos los ingredientes con la batidora de mano y reservarla en una manga hasta la hora del emplatado. Antes de montar los tacos, calentar el aceite de oliva a unos 180 °C. Quitar a los boquerones el exceso de ajo y perejil, enharinar y freírlos. Una vez fritos, sacarlos sobre papel secante y reservarlos.

### Emplatado

Calentar una tortita por cada taco que se vaya a servir, ponerla sobre un plato y añadir un poco de la cebolla encurtida y encima uno o dos boquerones fritos. Después, encima de los boquerones, poner unos puntos del cremoso de aguacate y de la mayonesa de aove, e intercalar un poco de cebolla morada y unas hojas de cilantro. En un lado del taco poner media lima espolvoreada con el shichimi togarashi con idea de exprimirla encima del taco justo antes de degustarlo.



# TOSTA DE BOQUERÓN CON SALMOREJO Y AOVE

EL CAMINO (RINCÓN DE LA VICTORIA) • José Manuel Espino

## Ingredientes para una ración

- ≈ 20 g de boquerones en vinagre
- ≈ Perlas de aove
- ≈ 1 rebanada de pan cateto

## Para el salmorejo

- ≈ ½ kg de tomates rojos y maduros
- ≈ 75 ml de aove
- ≈ 200 g de pan de trigo blanco (con uno o dos días)
- ≈ Ajo y sal al gusto

## Elaboración

Para hacer el salmorejo, limpiar bien los tomates, cortarlos en cuartos, poner en un bol grande y triturar con la batidora hasta que quede en una salsa líquida. Pasarla por un colador. Cortar el pan en trozos pequeños y añadir. Dejar reposar durante 10 minutos para que se ablande. Añadir el ajo, el aceite de oliva y la sal. Batir todo. Enfriar un poco la mezcla resultante.

## Emplatado

Tostar la rebanada de pan cateto. Poner una capa de salmorejo, después una capa de boquerones en vinagre y acabar con unas perlas de aceite de oliva para decorar.







# SPRING ROLL DE BOQUERÓN Y PISTO

EL PORTÓN (RINCÓN DE LA VICTORIA) • Lucas Galacho

## Ingredientes para 10 raciones

- ≈ 1 kg de boquerones
- ≈ 1 pimiento rojo
- ≈ 1 pimiento verde
- ≈ 2 patatas
- ≈ 1 cebolla
- ≈ 1 calabacín
- ≈ 1 kg de tomates maduros
- ≈ 10 obleas de masa filo
- ≈ 1 huevo batido

## Elaboración

Limpiar los boquerones quitándoles la cabeza, las tripas y la espina y dejarlos abiertos.

Picar la verdura y sofreírla hasta que quede tierna.

Añadir el tomate y dejar unos 20 minutos hasta que se deshaga. Extender la masa filo y poner una cucharada de pisto, sobre ella colocar un boquerón. Enrollar la masa añadiendo el huevo batido para que no se abra. Una vez liado freír en aceite de oliva.

## Emplatado

Presentar el rollito con una ramita de perejil. Se puede acompañar de alguna salsa o decorar con unos hilitos de miel de caña.







# BOQUERONES EN PAPILLOTE

HOGAR DEL JUBILADO (RINCÓN DE LA VICTORIA) • Marisa Serrano

## Ingredientes para 4 raciones

- ≈ 600 g de boquerones
- ≈ 2 limones
- ≈ 3 o 4 dientes de ajo
- ≈ 1 ramita de perejil fresco
- ≈ 1 vasito de caldo de pescado
- ≈ AOVE al gusto
- ≈ Sal y pimienta al gusto

## Elaboración

Limpiar los boquerones de cabeza y tripa. Después lavarlos varias veces para que se queden plateados. Reservar.

En una fuente para el horno poner los limones cortados en rodajas finas y encima colocar los boquerones ordenados en una sola capa. Después, agregar los ajos y el perejil picados, la sal y la pimienta molida al gusto y rociar con el aceite de oliva y el caldo. Precalentar el horno a 160 °C y hornear los boquerones durante 10 o 15 minutos, vigilando que no se resequen.

## Emplatado

Colocar las rodajas de limón como base del plato y encima los boquerones.







# AXARCO TARTAR

LA CHALAÚRA (BENAGALBÓN) · Juan José Moreno

## Ingredientes para una ración

- |  |                         |
|--|-------------------------|
| ≈ ½ kg de boquerones<br>limpios abiertos | ≈ Pimienta negra molida |
| ≈ 1 aguacate                             | ≈ Aove                  |
| ≈ ½ pimienta roja                        | ≈ Angostura             |
| ≈ El zumo de 2 limas                     | ≈ Perejil               |
|  | ≈ Tostas de pan         |

## Elaboración

Lavar los boquerones y disponerlos en un plato. Meterlos en el congelador para evitar posibles problemas con el anisakis. Esto se hará 24 horas antes de preparar el plato.

Descongelar los boquerones, quitar la cabeza y limpiarlos de tripas y espina. Añadir el zumo de las limas para que se maceren, entre 20 y 30 minutos, dependiendo del tamaño de los boquerones.

Picar los boquerones en dados de un centímetro aproximadamente y ponerlos en un bol.

Picar en dados de tamaño similar al de los boquerones el pimiento rojo y el aguacate. Añadirlos a los boquerones y poner dos cucharadas de aceite de oliva.

Mezclamos todo bien añadiendo unas gotas de angostura.

## Emplatado

Poner sobre un plato un aro de cocina y rellenar con el steak de boquerones, desmoldar y añadir un toque de perejil para darle color. Servir con unas tostas.







# PIPIRRANA FRESCA DE BOQUERONES AL NATURAL

LAS CONCHAS (RINCÓN DE LA VICTORIA) • Antonio Cascales

## Ingredientes para 4 raciones

- ≈ ½ kg de boquerones victorianos en vinagre
- ≈ 1 pimiento rojo
- ≈ 1 pimiento verde
- ≈ 1 cebolla
- ≈ 2 tomates de temporada
- ≈ Aove
- ≈ Vinagre
- ≈ Sal
- ≈ 1 ramita de perejil (opcional)

## Elaboración

Picar los boquerones en vinagre. Lavar bien las verduras y picarlas en trozos pequeños.

Mezclarlo todo en un bol, añadiendo el aceite de oliva, el vinagre y sal al gusto.

Poner en la nevera para que se enfríe hasta el momento de consumo.

## Emplatado

Servir en una fuente y añadir, si se desea, una ramita de perejil para darle color.







# BOQUERONES CON CREMA FRÍA DE PILPIL AL PIMENTÓN

## LECHE Y MIEL (LA CALA DEL MORAL)

• Rubén Palma y Marcos González - Granda

### Ingredientes para una ración

≈ 1/2 kg de boquerones para freír

≈ Harina de freír

### Para la crema de pilpil

≈ 5 dientes de ajo

≈ 2 guindillas

≈ 1 cda. de pimentón ahumado de la Vera

≈ Aove

≈ Sal al gusto

### Elaboración

En una cazuela echar abundante aceite de oliva virgen extra, añadir los dientes de ajo laminados y las guindillas picadas. Una vez dorados los ajos, freír los boquerones previamente enharinados.

Una vez fritos, retirar los boquerones, quitar la cazuela del fuego y añadir una cucharada hermosa de pimentón ahumado de la Vera evitando que se queme.

Cuando se enfríe la mezcla de aceite, emulsionar para formar la crema de pilpil.

### Emplatado

Presentar los boquerones fritos sobre la crema de pilpil y decorar al gusto.







# AGUA DE PIPIRRANA TEXTURIZADA CON MATRIMONIO DE ANCHOAS Y BOQUERÓN Y GRANIZADO DE CILANTRO Y LIMA

LICEO PLAYA (TORRE DE BENAGALBÓN) · Álvaro Saura

## Ingredientes para una ración

### Para la tosta crujiente de piquillo y parmesano

- ≈ 50 g de boquerones en vinagre
- ≈ 50 g de anchoas
- ≈ Huevas de trucha
- ≈ Perlas de aove
- ≈ Gelificante
- ≈ Goma Xantana
- ≈ Brotes
- ≈ Miga de pan cateto

### Para el agua de pipirrana

- ≈ 3 tomates maduros
- ≈ 1 pepino
- ≈ 1 pimiento rojo
- ≈ 1 cebolla tierna

### Para el granizado

- ≈ 200 ml de agua mineral
- ≈ C.s. de cilantro
- ≈ Sal
- ≈ El zumo de 1 lima

## Elaboración

Picar los boquerones en vinagre y reservar.

Limpiar todas las verduras y pasar por la licuadora. Después pasar por un colador de tela. Del agua de pipirrana resultante, gelificar el 50 por ciento. Texturizar el otro 50 por ciento con goma xantana. Quedarán así las dos texturas necesarias en el emplatado.

Para el granizado, triturar el cilantro con el agua mineral, la sal y el zumo de lima. Pasar por colador de tela y congelar.

## Emplatado

En una copa de cóctel servir el agua de pipirrana texturizada. Esta será la base.



Añadir después daditos de la gelatina de agua de pipirrana, trocitos de boquerón en vinagre, anchoas, huevos de trucha y perlas de aceite de oliva virgen extra.

Por último, introducir un poco del granizado de cilantro, algunos brotecitos y acompañar de una buena miga de pan cateto.





# FLOR DE BOQUERONES

MARINA PLAYA (TORRE DE BENAGALBÓN) · Antonio González

## Ingredientes para una ración

- |                               |                                 |
|-------------------------------|---------------------------------|
| ≈ 30 g de boquerones          | ≈ 100 g de mayonesa             |
| ≈ 1 tosta de fibra y sésamo   | ≈ 10 g de kimchi                |
| ≈ 6 g de tagliatelle de sepia | ≈ 8 cl de saque                 |
| ≈ 20 g de tomate Ágatha       | ≈ 12 cl de mirim                |
| ≈ 5 g de aguacate             | ≈ 3 g de wasabi                 |
| ≈ 5 g de mango                | ≈ 15 cl salsa de soja           |
| ≈ 7 g de queso de cabra       | ≈ 15 cl de agrio de limón       |
| ≈ 3 g de pitaya               | ≈ Violas u otra flor comestible |
| ≈ 2 g de azúcar               |                                 |

## Elaboración

Limpiar y desespinar los boquerones. Coger dos lomos y ponerlos 10 minutos en la salsa de soja, y coger otros dos lomos y ponerlos a macerar en el agrio de limón 10 minutos. Una vez pasado ese tiempo, escurrir y reservar.

Cocer la pasta y reservar.

Caramelizar el queso de cabra con azúcar y la ayuda de un soplete y reservar.

Cortar el tomate en pétalos, coger los cuatro que hayan quedado mejor, vaciarlos y rellenarlos con el mango y el aguacate cortados en dados. Reservar.

Con un sacabollos, hacer media esfera de pitaya y reservarla.

Mezclar la mayonesa, el kimchi, el wasabi, el mirim, la soja y el saque y añadir todo en un biberón. Reservar.



### **Emplatado**

Colocar la tosta en un plato. Poner encima los tagliatelle. Colocar con cuidado los pétalos de tomate rellenos y poner en los huecos los lomos de boquerón enrollados.

Poner el queso en el centro y la semiesfera de pitaya encima. Salsear con el contenido del biberón y decorar con las violas.



# SUQUET DE BOQUERÓN

RINCÓN KNAYA (RINCÓN DE LA VICTORIA) · Lola Navarro

## Ingredientes para 4 raciones

- |                                    |                                 |
|------------------------------------|---------------------------------|
| ≈ ½ kg de boquerones               | ≈ 1 cebolla                     |
| ≈ 2 o 3 boquerones en vinagre      | ≈ ½ cucharada de pimentón dulce |
| ≈ 40 g de almendras                | ≈ Pizca de pimienta negra       |
| ≈ 1 k de patatas                   | ≈ Un chorrito de vino tinto     |
| ≈ 2 rebanadas de pan               | ≈ 1 l de caldo de pescado       |
| ≈ 2 dientes de ajo                 | ≈ Perejil                       |
| ≈ 400 g de mejillones en escabeche | ≈ Piparras                      |
| ≈ 1 tomate                         | ≈ Hojas de parra                |

## Elaboración

Freír los ajos, las rebanadas de pan y las almendras. Reservar.

Triturar con robot de cocina los mejillones en escabeche, el perejil y un poco de caldo de pescado hasta conseguir una mezcla.

Pochar la cebolla en una olla con el tomate, las patatas y las especias. Añadir el chorrito de vino. Una vez esté todo pochado, añadir la mezcla anterior, echar después el caldo de pescado y, por último, los boquerones.

## Emplatado

En un palet de madera o bandejita ponemos unas hojas de parra para decorar y unas brochetas de boquerones en vinagre y piparras, que acompañarán a la sopa servida en vaso de cristal.







# BOQUERÓN VICTORIANO ASADO CON PIPIRRANA A LA MORUNA Y CHIPS DE MANDIOCA

ALEXSO (MÁLAGA) · José Antonio Moyano

## Ingredientes para 4 raciones

≈ 100 g de boquerones victorianos	≈ 4 dientes de ajo
≈ 500 g de garbanzos	≈ 2 hojas de laurel
≈ 3 cdtas. de Tajín	≈ 1 pieza de yuca
≈ 30 g de Ras el hanout	≈ Aove
≈ 20 g de pimienta roja	≈ Sal
≈ 20 g de pimienta verde de asar	≈ Cantidad suficiente
≈ 20 g de pimienta amarillo	de flores o germinados suaves

## Elaboración

Cocer los garbanzos y apartar. Una vez estén tibios, triturar añadiéndole el Tajín, el Ras el hanout, un poco de sal y aceite para emulsionar hasta hacer el humus.

Picar los tres tipos de pimientos muy pequeños.

Limpiar los boquerones victorianos y desangrar en agua con hielo. Secar bien y hornear a 220 °C con el ajo machacado, las hojas de laurel, la sal y el aceite de oliva.

Pelar la yuca y laminar muy fina para freír.

## Emplatado

Colocar el humus sobre el plato, añadir los pimientos por encima y los boquerones, agregar algunas hojas o germinados, preferentemente de sabores suaves. Pinchar los chips de mandioca para dar altura.







# MILHOJAS DE BOQUERÓN

**BELUGA (MÁLAGA)** · Diego René López

## Ingredientes para una ración

### Para la teja de aceituna

- ≈ 110 g de aceituna negra licuada
- ≈ 80 g de aceite de girasol
- ≈ 14 g de maicena

### Para la tierra de aceitunas

- ≈ 100 g de aceitunas negras deshuesadas

### Para la milhojas

- ≈ 200 g de boquerones en vinagre
- ≈ Asadillo
- ≈ Helado de aceituna negra

### Para el asadillo

- ≈ 2 pimientos rojos asados
- ≈ 5 tomates pera
- ≈ 2 ajos
- ≈ 5 g de comino
- ≈ 10 g de azúcar
- ≈ Pimienta
- ≈ C.s de sal

## Elaboración

Para preparar la teja de aceituna, triturar todos los ingredientes en un robot de cocina durante 10 segundos, colocar en un biberón y en una sartén caliente añadir un poco de la masa para formar tejas.

La tierra de aceitunas se elabora secando las aceitunas negras en una deshidratadora durante 24 horas y triturándolas.

Para hacer el asadillo, asar los pimientos y tomates al horno, pelarlos una vez asados y picarlos a cuchillo. En una sartén con un poco de aceite, echar el ajo picado hasta que dore y, seguidamente, añadir comino y azúcar y dejar caramelizar un poco. Después, añadir el pimiento y el tomate y dejar reducir a fuego lento hasta que el agua evapore. Dejar enfriar.





Finalmente, montar la milhojas rellenando y formando capas en un molde metálico. Será una capa de asadillo y otra de boquerones en vinagre, y así sucesivamente hasta rellenar el molde. Poner peso encima para que quede compacto y meter en el congelador. Antes de servir, descongelarlo un poco y cortar al gusto.

### **Emplatado**

Colocar la milhojas en el centro del plato y decorar alrededor con las tejas de aceituna negra, el polvo y una 'quenelle' de helado de aceituna negra.



# BOQUERONES ENCEBOLLADOS

CAYETANA (MÁLAGA) · Ignacio Carmona

## Ingredientes para una ración

- ≈ ¼ kg de boquerones
- ≈ 50 g de harina gruesa
- ≈ ½ vaso de vino blanco seco
- ≈ 100 g de caldo de pescado
- ≈ 2 dientes de ajo
- ≈ 1 cebolla blanca gruesa
- ≈ 1 hoja de laurel
- ≈ 3 granos de pimienta negra
- ≈ ½ guindilla
- ≈ Sal
- ≈ Aove

## Elaboración

Salir ligeramente los boquerones, pasarlos por harina y freírlos en aceite de oliva a 180 °C dejándolos dorados. Una vez fritos, dejarlos sobre papel absorbente.

Poner en una sartén un fondo de aceite de oliva y dorar el ajo, añadir la cebolla cortada en juliana fina junto con el laurel y los granos de pimienta aplastados. Dejar pochar a fuego medio para que la cebolla no suelte el agua y coja color tostado, pero sin quemarse. A continuación, añadir el vaso de vino y reducir casi a seco. Añadir los boquerones ordenadamente para que no se rompan y regar con el caldo de pescado, dejando que sobresalgan los boquerones. Cocer dos minutos, dejándolos en este caldo hasta que se enfrien.





### Emplatado

Se pueden servir al modo tradicional, en una cazuelita apropiada o como un plato más actualizado. Para ello, separar los boquerones de la cebolla y escurrir la cebolla del caldo, reducir el caldo

para ligarlo y concentrar sabores, depositar una base de cebolla a lo largo del plato, colocando los boquerones encima ordenadamente y salseando con el jugo reducido. Se pueden consumir fríos o calientes.





# AJOBLANCO CON BOQUERONES EN VINAGRE, UVAS MOSCATEL, ALMENDRAS FRITAS Y PASAS MALAGUEÑAS

EL MENTIDERO (MÁLAGA) · Antonio García

## Ingredientes para una ración

≈ 20 g de boquerones en vinagre

### Para el ajoblanco

≈ 100 g de miga de pan

≈ 150 g de almendras

≈ 2 dientes de ajo

≈ 100 ml de aove

≈ 50 ml de vinagre de vino

≈ 1 l de agua

≈ 150 g de uvas Moscatel

≈ 5 g de pasas

≈ Sal

## Elaboración

Para preparar el ajoblanco, poner en el vaso de la batidora las almendras, con la sal y los ajos y batir hasta obtener una pasta densa. Incorporar la miga de pan mojada en agua y seguir batiendo para ligar todos los ingredientes.

A esta nueva pasta hay que incorporarle el aceite poco a poco, como si fuera una mayonesa, y hay que seguir batiendo despacio mientras se incorporan también poco a poco el vinagre y el agua.

Después, rectificar de sal y pasar por un colador de malla fina o por el chino.

## Emplatado

Poner el ajoblanco en un plato hondo, añadiendo uvas pasas de Málaga, uvas Moscatel y completando el plato con los boquerones en vinagre.





# LA MORUNA DE INÉS

ENTRE VARALES (MÁLAGA) · Miguel Ángel Navarro

## Ingredientes para una ración

- ≈ 20 g de boquerones victorianos
- ≈ 20 g de tomate de ensalada
- ≈ 20 g de pimiento verde
- ≈ 20 g de cebolla
- ≈ 5 g de aove
- ≈ 5 g de vinagre de manzana
- ≈ 2 g de sal
- ≈ 1 torta de Inés Rosales
- ≈ 5 g de miel de caña
- ≈ 1 g de perejil
- ≈ 2 g de harina
- ≈ 1 ml de agua

## Elaboración

Realizar el picadillo cortando el tomate, la cebolla y el pimiento verde en daditos pequeños. Aliñar con sal, vinagre de manzana, aceite de oliva y un poco de agua.

Freír los boquerones en manojitos y dejarlos preparados para montar el plato.

## Emplatado

Decorar el plato con la miel de caña. Colocar la torta Inés Rosales, el picadillo y los boquerones en manojitos encima. Decorar con perejil.







# BOQUERÓN VICTORIANO Y SUNOMONO DE UMECHU

FIDEO RAMEN (MÁLAGA) • Francisco Rascado

## Ingredientes para una ración

≈ 4 lomos de boquerón en vinagre  
≈ 40 g de coliflor cortada en arbolitos  
y escaldadas durante 2 minutos  
≈ 1/2 rabanillo  
≈ 2 uds. de cebollitas francesas  
≈ 10 g de pepino  
≈ 2 uds. de zanahorias baby  
≈ Algas Kaiso salad  
≈ Flores

## Para el encurtido

≈ 100 g de azúcar  
≈ 100 g de sal  
≈ 300 g de vinagre de sushi  
≈ 300 g de agua  
≈ 100 g de umeshu

## Elaboración

Para el encurtido, calentar los ingredientes líquidos a 80 °C, sin dejarlos hervir. A continuación, incorporar la sal y el azúcar y batir con unas varillas para diluirlo todo bien.

Para esta elaboración se utilizan verduras de temporada. Es importante que sean verduras muy coloridas para darle al plato un toque muy visual. Todas las verduras utilizadas deben pasar por un ligero escaldado. Después, se sumergen en el encurtido y se conservan en la nevera.

## Emplatado

Colocar las verduras en el plato de forma visual, alternando los colores. Colocar los boquerones en la parte superior del plato y terminar el plato añadiendo un poco de encurtido umeshu, que servirá como aliño.









# PEPITO DE BOQUERÓN EN TEMPURA CON MAYONESA DE YUZU

KAWAI (MÁLAGA) · Elena Olmedo

## Ingredientes para una ración

≈ 1 boquerón limpio y abierto  
≈ 1 pimiento verde  
≈ 1 loncha de jamón ibérico  
≈ 1 limón  
≈ Micromezclum

### Para la tempura

≈ 80 g de harina  
≈ 20 g de maicena  
≈ 1 huevo  
≈ 150 de agua  
≈ 1 pizca de sal  
≈ 1 pizca de azúcar

### Para la mayonesa de yuzu

≈ Huevo pasteurizado  
≈ Sal  
≈ Aove  
≈ Salsa de soja  
≈ Mirin  
≈ Pimienta  
≈ Ajinomoto  
≈ Yuzu

## Elaboración

Para la tempura, echar el agua fría en un cuenco, poner el huevo y batir enérgicamente. Añadir la pizca de sal y azúcar poco a poco y removiendo las harinas hasta conseguir una mezcla espesa.

Para la mayonesa de yuzu, poner en un vaso de batidora el huevo con la salsa de soja y añadir el aceite poco a poco mientras se bate. Después se añade poco a poco el resto de ingredientes mientras se vuelve a batir y se deja en frío hasta que se vaya a usar.

Por otro lado, pelar el boquerón y quitarle la espina, abrirlo y marinarlo con limón. Dejar reposar el frío y, posteriormente, pasar por la tempura para luego freírlo.

Freír el pimiento verde y abrirlo en mariposa.

Tostar el pan cristal en la plancha con un poco de mantequilla por ambos lados.



### Emplatado

Montar el pan con la mayonesa de yuzu, el jamón ibérico y el pimiento frito. Poner encima el boquerón en tempura, un puntito de mayonesa de yuzu y decorar con micromezclum.



# BOQUERÓN A LA LLAMA, HUEVAS DE ARENQUE Y AJOBLANCO DE MANZANA

LA DERIVA (MÁLAGA) · Zahira Ortega

## Ingredientes para una ración

- ≈ 200 g de boquerones
- ≈ Huevas de arenque
- ≈ 1 cebolla
- ≈ 1 manzana
- ≈ Almendras encurtidas

## Para el ajoblanco de manzana

- ≈ 150 g de almendras
- ≈ 1 diente de ajo escaldado
- ≈ 5 ml de vinagre de manzana
- ≈ 6 g de sal
- ≈ 100 ml de aove variedad arbequina
- ≈ 200 ml de manzana Granny Smith licuada
- ≈ 300 ml de agua

## Elaboración

Limpiar los boquerones de espinas. Dejarlos desangrar media hora en agua helada. Escurrir y asar con soplete.

Para el ajoblanco de manzana, triturar todos los ingredientes en un robot de cocina a velocidad máxima durante 8 minutos, excepto el agua y el aove. Emulsionar la mezcla con el aceite y, una vez integrado, agregar el agua.

## Emplatado

Presentar los boquerones en rulo en la mitad del plato y decorar con las huevas de arenque, la cebolla, las almendras encurtidas y la manzana cortada en juliana. Servir el ajoblanco de manzana en el centro y añadir unas gotas de aove.







# **SOBREHÚSA DE TOMATE Y BOQUERÓN**

**LÍGULA (MÁLAGA)** · José Eduardo Muñoz

## **Ingredientes para 4 raciones**

≈ 500 g de boquerón abierto frito  
≈ 0,10 l de aove  
≈ 1,5 cda. de harina  
≈ 2 dientes de ajo  
≈ ½ cebolla  
≈ 1 vaso de fumet  
≈ 1 copa de vino blanco  
≈ 1 tomate triturado  
≈ Sal

## **Para la guarnición**

≈ 4 patatas baby  
confitadas en aove  
≈ Pimiento verde, rojo  
y amarillo refrito

## **Para el aire**

≈ 1 g lecitina de soja  
≈ ½ litro de fumet  
≈ Zumo de medio limón

## **Elaboración**

Freír los boquerones. También se pueden utilizar del día anterior.

En una sartén aparte, freír el ajo, la cebolla y el tomate. Añadir el vino blanco y dejar evaporar. A continuación, incorporar la harina, usándola para darle cuerpo tipo velouté y añadir el fumet. Dejar hervir. Pasar todos los ingredientes por la batidora para darles una textura más fina.

Para el aire, mezclar el fumet con el zumo de medio limón. Agregar la lecitina de soja y seguir batiendo. Colar y volver a triturar hasta conseguir una espuma.

## **Emplatado**

Cortar las patatas en círculos, para colocarlas de base del plato. Añadir encima los pimientos refritos y los boquerones. Por último, colocar la espuma sobre nuestra elaboración. Terminar añadiendo el caldo de la sobrehúsa.









# GAZPACHUELO THAI DE COCO Y BOQUERONES

LOS PATIOS DE BEATAS (MÁLAGA) • Camilo Rojas

## Ingredientes para 4 raciones

≈ 1 l de caldo de pescado elaborado con boquerón

≈ 2 dientes de ajo

≈ 20 g de jengibre

≈ 1 cebolla roja

≈ 1 pimiento

≈ 1 chile rojo

≈ 40 g de pasta de curry rojo

≈ 500 g de leche de coco

≈ 2 patatas

≈ ½ de manojo cilantro

≈ 350 g de mahonesa de lima

≈ Aove

≈ Brotes

## Para el aceite de cilantro

≈ 200 g de aceite de girasol

≈ ½ manojo de cilantro

## Elaboración

Hacer un caldo con las espinas y las cabezas del boquerón, los lomos quedan aparte.

Mientras, sofreír el ajo, la cebolla, el pimiento, el jengibre y el chile. Cuando esté bien sofrito, mezclar la pasta de curry con un poco de caldo y añadir.

Cocemos las patatas en el caldo y triturar para dar textura.

Añadir el sofrito y, a continuación, la leche de coco poco a poco.

Hacer una mahonesa de lima y añadirla al caldo cuando no esté muy caliente para que no se corte.

En cuanto al aceite de cilantro, hay que triturar los dos ingredientes y acto seguido colarlo.

## Emplatado

Servir en un plato hondo y decorar con aceite de cilantro y brotes. Poner los lomos del boquerón crudos para que terminen de cocerse en el caldo.





# WONTON CRUJIENTE DE BOQUERONES AHUMADOS, CREMA DE PINTARROJA, AJONEGRO Y MIEL DE CAÑA

**MATIZ (MÁLAGA)** · Pablo Molina

## Ingredientes para una ración

≈ 2 láminas de pasta wonton china

### Para el caldo base

≈ 3 piezas de pintarroja

≈ 4 tomates pera

≈ Aove

≈ Sal

### Para la crema de pintarroja

≈ 2 pimientos rojos cortados en brunoise

≈ 4 tomates maduros cortados en brunoise

≈ 1 c.s. de pimentón

≈ 1 c.s. de azafrán

≈ 6 ajos fritos

≈ 1,5 bollitos de pan frito

≈ 15 almendras fritas

≈ Vino blanco

≈ Tomate concentrado

≈ 1 cayena

≈ Pimienta blanca

≈ Sal

≈ Azúcar

### Para el relleno

≈ ½ kg de boquerones limpios

≈ 3 ajos

≈ 2 cdtas. de curry rojo

≈ 1 c.s. de vino fino

≈ 10 g de harina

≈ 4 puerros (solo la parte blanca)

≈ 3 zanahorias

≈ 1 pimiento rojo

≈ Perejil picado

### Para la espuma

≈ Mahonesa ligera de  
ajo negro con miel de caña

≈ 3 brotes de hierbabuena  
por tapa

## Elaboración

Comenzar haciendo el caldo base. Para ello, fondear los tomates bien hasta que agarren un poco y queden caramelizados. Añadir la pintarroja troceada y rehogar. Cubrir de agua y dejar cocer 30-45 minutos o hasta que el caldo tenga suficiente sabor. Poner a punto de sal.





Para hacer la crema de pintarroja, fundear el pimiento hasta que coja color y caramelize. Añadir los tomates y dejar que todo fondee. Añadir el pimentón y el azafrán y cocinar con cuidado para no quemarlos. Incorporar el vino, el pan frito, las almendras y el ajo. Dejar cocinar durante 5 minutos. A continuación, añadir el caldo de pintarroja y llevar a ebullición. Triturarlo todo muy bien con el robot de cocina y rectificar el punto de sal. Después, espesarlos con maicena, no demasiada porque lo idea es que quede espeso con el majado.

En cuanto al relleno, picar dos dientes de ajo y el puerro finos. Hacerlo también con la zanahoria y el pimiento rojo. Pocharlo todo muy bien hasta que se agarre y añadir un poco de harina para conseguir

una especie de masa. Cocinar bien la harina y añadir el vino fino. Dejar reducir y apartar del fuego. Añadir los boquerones cortados en dos o tres trozos y el perejil.

Coger dos láminas de pasta wonton y rellenar y poner entre ellas 30 g del relleno, de forma similar a un ravioli. Cortarlo con un cortapasta para darle forma.

### **Emplatado**

Calentar la salsa de pintarroja y ponerla en el fondo del plato. Freír el wonton y ponerlo encima de la salsa. Decorarlo con puntos de la mayonesa ligera de ajo negro y miel de caña y unos brotes de hierbabuena.



# AREPA DE BOQUERONES EN COCO

MERCADO SAN MARTÍN (MÁLAGA) · Elías Tang

## Ingredientes para una ración

- ≈ 300 g de boquerones limpios
- ≈ 350 g de harina
- ≈ 120 ml de agua
- ≈ Sal
- ≈ 50 ml de leche de coco
- ≈ ½ cebolla
- ≈ ½ tomate
- ≈ 2 ajos
- ≈ 3 cdas. de aove
- ≈ 20 g de cilantro
- ≈ ½ cebolla roja cortada en juliana
- ≈ ½ aguacate

## Elaboración

Para las arepas, mezclar la harina, la sal y el agua y amasar hasta obtener una masa suave y maleable, pero con contundencia. Hacer una bola, aplanar y poner a la plancha durante 5 minutos a fuego medio. Darle la vuelta otros 2 minutos. Terminar en el horno unos 2 de minutos, habiéndolo precalentado a 180 °C.

Meter los vegetales cortados muy finos con el aove en una olla y hacer un sofrito. Una vez listo, añadir los boquerones y mezclar sin romperlos. Por último, agregar la leche de coco y el cilantro y dejar a fuego lento hasta que dense la salsa y todo en conjunto. Rectificar de sal y pimienta.

## Emplatado

Abrir la arepa por la mitad, meter el guiso de boquerones al coco y decorar con la cebolla roja y el aguacate









# BOQUERONES ZARANDEADOS

NIÑA BONITA (MÁLAGA) · Reyna Traverso

## Ingredientes para 4 raciones

- ≈ 20 boquerones
- ≈ Sal
- ≈ 4 dientes de ajos asados
- ≈ 8 cdas. de mayonesa
- ≈ 1 pizca de orégano
- ≈ 1 pizca de pimienta blanca
- ≈ Zumo de media lima
- ≈ 1 cdta. de salsa picante (Valentina o Tabasco)
- ≈ 1 cogollo
- ≈ 60 g de pimientos rojos asados
- ≈ 60 g de cebolla morada asada
- ≈ 1 cucharada de aove
- ≈ Gotas de zumo de lima
- ≈ Brotes suaves

## Elaboración

Mezclar la mayonesa con los ajos, el orégano, la pimienta blanca, el zumo de lima y la salsa picante hasta que todo haga una pasta. Mientras, precalentar el horno a 180 °C y picar la guarnición de pimientos rojos y cebolla asada.

A continuación, untar los boquerones limpios con la mezcla sobre una bandeja para hornear con papel de aluminio. Hornear durante 5 - 6 minutos.

## Emplatado

Poner como base la guarnición de pimientos y cebolla aliñada con sal, zumo de lima y aceite de oliva y poner encima los boquerones. Decorar con unos brotes suaves.





# BOQUERONES CON VINAGRETA DE ANACARDOS

PALODÚ (MÁLAGA) · Cristina Cánovas

## Ingredientes para una ración

- ≈ 1 kg de boquerones
- ≈ 200 g de vinagre de anacardos
- ≈ 800 g de agua
- ≈ 15 g de sal
- ≈ Cebollino
- ≈ Ajo picado

## Para la vinagreta

- ≈ 100 g de aove
- ≈ 10 g de vinagre

## Elaboración

Limpiar los boquerones y seguidamente hacer la mezcla del vinagre de anacardos, la sal y el agua, hasta que se diluya la sal.

Poner en una bandeja plana los boquerones e incorporar el líquido.

Dejar reposar en la nevera sobre 2'5 horas y reservar en aceite.

Para la vinagreta, emulsionar los ingredientes hasta tener consistencia.

## Emplatado

Colocar los boquerones en línea y napar con la emulsión. Terminar con un poco de cebollino y ajo picado.









## EL BOQUERÓN **MÁS DULCE**

Nada más atrevido que el boquerón como ingrediente para preparar un plato dulce. Su textura y versatilidad han permitido que algunos cocineros se aventuren en la creación de postres elaborado con el pez de plata. La fantasía está servida.



# BOC – ARTE DULCE

## CARAMELLO SALATO (MÁLAGA) · Rafaella Panico

### Ingredientes para una ración

#### Para el bizcocho de queso de cabra

≈ 95 g de harina de almendra  
≈ 95 g + 15 g de azúcar moreno  
≈ 45 g + 100 g de clara de huevo  
≈ 30 g de yema de huevo  
≈ 90 g de queso de cabra  
≈ 50 g de harina de todo uso  
≈ 2,5 g de levadura química

#### Para el puré de boquerones

≈ 100 g de boquerones  
limpios y frescos sin piel  
≈ 130 g de leche de coco  
≈ 5 g de canela

#### Para el mousse de boquerón

≈ 165 g de leche  
≈ 165 g de nata  
≈ 33 g de azúcar  
≈ 66 g de yema de huevo  
≈ 100 g de puré de boquerón  
≈ 6 g de gelatina  
≈ 165 g de nata montada

#### Para el gelée de naranja

≈ 100 g de zumo natural  
de naranja  
≈ 2,5 g de gelatina  
≈ 30 g de azúcar

### Elaboración

Para el bizcocho de queso de cabra, poner en el bol de la amasadora la harina de almendra y mezclar con la yema, 45 g de clara de huevo y 95 g de azúcar moreno. Añadir el queso de cabra y mezclar hasta integrar todo. Incorporar la harina y la levadura química tamizados y los 100 g de claras de huevo con los 15 g restantes de azúcar moreno, previamente montados a punto de nieve. Hornear la mezcla a 165 °C.

El puré de boquerones se hace cocinándolos a fuego lento con la leche de coco y la canela hasta obtener un puré muy suave. Después, batir todo para dejarlo muy fino y tamizarlo. Reservar.



Para el mousse de boquerón, hacer una crema inglesa mezclando la yema de huevo y el azúcar. Después llevar a hervor la leche y la nata y añadir a la mezcla anterior, cocinando de nuevo a 82 °C. Añadir la gelatina, previamente hidratada, y el puré de boquerones. Bajar la temperatura a 30 °C e incorporar suavemente la nata montada.

El gelée de naranja se hace hirviendo el zumo con el azúcar y añadiendo la gelatina hidratada. Después, verter en moldes pequeños para congelar.

Cuando están todas las elaboraciones hechas hay que montar los boc-arte. Para ello, verter la mousse en un molde, después poner el gelée de naranja a modo de corazón, poner otra capa de mousse y terminar con un trozo de bizcocho cortado a la medida del molde. Congelar y acabar decorándolo con espray de terciopelo blanco.

### **Emplatado**

Sacar el boc-arte del congelador una hora antes de su consumo para que la mousse esté en su punto. Servir.







## EL BOQUERÓN **DE LA TRADICIÓN**

Cada vez que se celebra la Fiesta del Boquerón Victoriano los hosteleros se esmeran para crear platos diferentes y únicos donde el pez de plata es el protagonista absoluto. Además de estas elaboraciones, las cocinas rebosan de las recetas de siempre, en vinagre y fritos. El evento es el marco para que se reparten 1.000 kilos cocinados de esta forma, gratuitamente y en un solo fin de semana.

# BOQUERONES EN VINAGRE

---

## Ingredientes (4 personas)

≈ 1 kg de boquerones frescos  
≈ ½ l de vinagre de vino blanco  
≈ ½ l de agua  
≈ 40 g de sal gruesa  
≈ Aove  
≈ Ajo y perejil (opcional)

## Preparación

Congelar los boquerones un mínimo de 48 horas para evitar el anisakis. Una vez pasado este tiempo, descongelar, limpiarlos y reservar. Mezclar el agua, el vinagre y la sal. Colocar los boquerones abiertos en una bandeja y cubrir con el líquido. Dejar reposar la preparación un mínimo de cuatro horas hasta lograr el punto deseado. Retirar los boquerones y escurrirlos.

## Emplatado

Presentar los boquerones en forma de abanico y cubrirlos con aove, añadiendo, si se desea, un ajo y perejil picado. Se pueden acompañar de unas aceitunas aliñadas.







# BOQUERONES FRITOS

---

## Ingredientes (4 personas)

≈ 200 g de boquerones frescos  
≈ Sal  
≈ Aove  
≈ Harina de trigo

## Preparación

Quitar la cabeza a los boquerones y enjuagar. Meterlos en un bol con hielo para que se queden más estirados y enjuagar. Escurrir y ponerles la sal, dejando unos minutos para que la absorba. Hacer los manojitos agarrando por la cola y pegando una encima de otra. Pasar por la harina y quitar el exceso. Freír en abundante aove.

## Emplatado

Poner en un plato o bandeja decorando el lateral con unos trozos de limón.













RINCÓN de la  ICTORIA  
*Lleno de vida*  
COSTA DEL SOL • AXARQUÍA

Rincón de la Victoria, tierra de Íberos, Fenicios, Romanos y Andalusíes, es un municipio que pertenece a la provincia de Málaga y que engloba a los núcleos de población de Rincón de la Victoria, La Cala del Moral, Torre de Benagalbón y Benagalbón. Por ubicación, tiene el honor de ser la puerta a la emblemática comarca de la Axarquía.

De gente abierta y hospitalaria, los cuatro núcleos ofrecen muchísimo más que su ya conocido clima subtropical y sus 9 kilómetros de playa. Rincón de la Victoria y La Cala del Moral comparten la joya de la corona, la Cueva del Tesoro, una de las tres grutas marinas visitables del mundo y hogar de la Diosa Noctiluca, así como de hermosas leyendas de tesoros ocultos.

Con marcada tradición marinera, el municipio goza de una gastronomía que bebe del boca a boca y donde el autóctono boquerón victoriano es la estrella. Una generación tras otra ha dejado su impronta en la rica oferta culinaria de ambos núcleos. Las fiestas en honor a la Virgen del Carmen son un claro ejemplo del ADN del mar de sus habitantes.

Torre de Benagalbón añade a la oferta turística un campo de golf capaz de competir con las mejores instalaciones de carácter internacional. Muy cerca, en el interior, Benagalbón nos traslada en el tiempo. Pueblo fundado por una tribu bereber que aún mantiene su esencia de antaño.

Con el vino y la pasa por bandera, es de obligado cumplimiento asistir en el mes de septiembre al choque de pandas de verdiales, declarada Fiesta de Singularidad Turística Provincial y de Interés Turístico Andaluz.

El municipio cuenta también con otros atractivos turísticos y culturales como el Parque Arqueológico del Mediterráneo, un recinto único en todo el litoral de 90.000 metros cuadrados de superficie. La difusión científica constituye el eje de este recinto, en el que se ha recuperado la superficie geomorfológica original y la vegetación mediterránea autóctona. Este parque es una síntesis de cómo conservar el patrimonio prehistórico en conjunción con el uso sociocultural del espacio. Además de contar con diversa flora autóctona, el recinto incluye unos caminos que están delimitados por roca natural, todo ello destinado a producir el menor impacto medioambiental posible. Los visitantes pueden disfrutar de una réplica a escala 1:1 de la Sala del Dosel de la Cueva de la Victoria en la que se pueden contemplar las pinturas rupestres de época neolítica existentes. Gracias a su privilegiada ubicación se divisan unas espectaculares vistas a la Bahía de Málaga.

La Casa Fuerte Bezmiliana es, sin lugar a dudas, el monumento más emblemático de todo el municipio. Fue mandada a construir hacia 1766 como complemento de la tradicional organización de la defensa militar ya existente en el S. XVI (de ella









formaban parte la Torre de El Cantal y la Torre de Benagalbón) a fin de rechazar a los ingleses y a la piratería marina y terrestre que acechaba la zona. La construcción es de planta cuadrangular y consta de una muralla con dos garitas, un edificio central y un típico pozo cubierto en el exterior llamado alcubilla (del árabe al qubba = cúpula). La puerta principal está coronada con el escudo de armas de Carlos III. Dentro de la fortaleza encontramos la “sala de la tropa” y la “sala del oficial”, unidas por una misma chimenea con dos bocas y la “sala sur o de las caballerizas”, con 14 pesebres y suelo empedrado. Actualmente, este edificio se utiliza como sala de exposiciones y sus paredes albergan periódicamente obras de los más afamados artistas españoles en todas sus disciplinas artísticas.

Las torres almenaras son otras construcciones características de esta zona de la costa mediterránea. Las dos que se ubican a lo largo de la costa rinconera se construyeron en la época andalusí, durante el reinado de Yusuf I (siglo XIV). Las primeras noticias datan de 1492, cuando aparece un informe remitido a los Reyes Católicos solicitando su reconstrucción. Lo hicieron con el objetivo de proteger a los núcleos de los ataques berberiscos y turcos. Mediante ahumadas por el día y fuegos por la noche, las poblaciones cercanas eran avisadas de cualquier desembarco enemigo. La Torre de El Cantal está situada sobre un acantilado a unos 30 metros sobre el nivel del mar, mientras que la de Torre de Benagalbón

está ubicada sobre un pequeño montículo cercano a la costa. Con una altura de 10,50 metros, ambos edificios se desarrollan en dos espacios característicos uno de terraza-azotea y otro de cámara con una escalera de espiral en su interior. A la torre se accedía a través de un vano mediante una escala que era retirada para evitar, de esta manera, su ocupación por los enemigos.

En cuanto al Museo de Artes Populares, se encuentra ubicado en el núcleo de Benagalbón y fue creado en 1995 por iniciativa popular y con el patrocinio del Ayuntamiento de Rincón de la Victoria, a fin de preservar nuestras raíces y tradiciones culturales y etnográficas. El museo está distribuido fundamentalmente en dos partes: una dedicada a la tradicional casa labriega y la otra a los enseres y aperos de labranza típicos de la zona. Hay que destacar que casi todas las piezas existentes han sido donadas por personas del municipio. Vecinos que año tras año, demuestran sus ganas de mantener vivo el legado de sus antepasados, logrando así que su semana cultural sea una de las de más solera de la provincia.

Además, Rincón de la Victoria cuenta con un amplio programa de actividades culturales, deportivas y gastronómicas a lo largo de todo el año. Todo ello, junto con un clima de temperaturas suaves y días soleados y la cercanía a Málaga capital, el aeropuerto y la estación de AVE hacen de este municipio un lugar idóneo para pasar unos días de descanso en cualquier época.









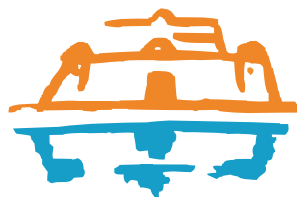




**VICTORIA**

**MÁLAGA 1928**





AYUNTAMIENTO  
Rincón de la Victoria  
Concejalía de Turismo

**[www.turismoenrincon.es](http://www.turismoenrincon.es)**