

LAS RECETAS DE  
**THE  
WORLD  
CENTRAL  
KITCHEN**



para alimentar  
la humanidad  
y la esperanza

**JOSÉ ANDRÉS**  
con Sam Chapple-Sokol



A la venta desde el 27 de noviembre de 2024



## LAS RECETAS DE WORLD CENTRAL KITCHEN PARA ALIMENTAR LA HUMANIDAD Y LA ESPERANZA

### Las recetas de la organización humanitaria de José Andrés que alimenta al mundo.

El *Lahmacun*, un pan plano con cordero, tomate y especias, fue repartido tras la devastadora explosión que sacudió Beirut. El reconfortante *Borsch* ucraniano rico en remolacha y pimentón se entregó a los refugiados que huyen de la guerra. También está el Chili verde con pollo, tomatillos y chiles verdes asados que se ha convertido en un clásico de World Central Kitchen. Estos platos, y muchísimos más, alimentan a diario el cuerpo y el alma de millones de personas en tiempos difíciles. **Las recetas de este libro son obra de chefs de todo el mundo, activistas comunitarios, antiguos miembros del equipo de World Central Kitchen e incluso de una primera dama y una duquesa.** Y los textos que las acompañan revelan la gran dignidad, la infinita perseverancia y el espíritu humano inagotable de sus miembros.

Las recetas de World Central Kitchen recoge platos adaptados a las cocinas caseras, e historias inspiradoras de los chefs y los cocineros locales que han alimentado a las personas afectadas por catástrofes en todo el mundo, así como sus experiencias, que ponen de relieve la tenacidad, la resistencia, la firmeza, la comunidad... Y, sobre todo y ante todo, la esperanza.

Escrito por el mismo **José Andrés** con ayuda de **Sam Chapple-Sokol** sobre una de las organizaciones benéficas más importantes y respetadas del mundo, la World Central Kitchen, una organización de reconocimiento internacional que se dedica a prestar ayuda alimentaria en todos los rincones del planeta que sufran cualquier tipo de catástrofe natural, conflicto bélico o crisis alimentaria, jugándose literalmente la vida.



## Sumario

### Prólogo, de Stephen Colbert

#### Un mensaje de José

**Introducción** Chili del parque de bomberos

#### Empatía

Estofados y guisos de cocción lenta  
Rendang de ternera  
Griot haitiano  
Bisonte asado con salvia y agave de Yazzie  
Guiso de cerdo al pastor  
Pollo guisado  
Pepián de pollo  
Sierra en escabeche  
Bacalao al club Ranero

#### Urgencia

Sándwiches, arepas y comida para llevar  
Tamales  
Lahmacun de Aline  
Sándwiches de bagre a las especias de Marcus  
Cómo hacer un bocadillo  
Sándwiches de desayuno con alioli de albahaca  
Baleadas sencillas  
Arepas  
Tacos de desayuno de Michelle Obama

#### Adaptación

Bandejas, paelleras y variantes  
Pastel de pollo a las hierbas de Mollie con panecillos de mantequilla  
Chilaquiles  
Pasta cremosa al curri de Karla  
Enchiladas de verduras en capas  
Kafta bil bandora de Reem  
Pepito en bandeja  
Arroz con pollo a lo Manolo  
Pollo a la pamesana de Ayesha  
Macarrones con queso clásicos

#### Esperanza

Guisos, sopas y platos reconfortantes  
Suquet de pargo rojo de José  
Soupe joumou  
Borsch ucraniano  
Chili verde de pollo  
Boloñesa de pavo  
Camión de bomberos  
Sancocho  
Curri massaman de cordero  
Pozole de chile verde de Robert  
Qorma-e-Nakhod

#### Comunidad

Platos para compartir con familia y amigos  
Briam  
Sòs pwa nwa  
Sayur gori  
Ensalada de zanahoria y farro de Brooke  
Cómo hacer una ensalada  
Gumbo z'Herbes de Emeril  
Casserole de judías verdes de Guy  
Stuffing de pan de maíz de Tyler  
Dal tadka de Sanjeev

#### Resiliencia

Platos para apoyar a agricultores, pescadores y pequeños productores de alimentos  
Ternera glaseada con maracuyá  
Guiso de pescado bahameño con sémola de maíz  
Camarones piri piri de Eric sobre sémola de coco  
Queso fresco marinado  
Chojín  
Alubias rojas guatemaltecas en olla a presión con costillas de ternera  
Papas arrugadas con mojo rojo  
Freekeh de Kamal con cebolla caramelizada  
Rondón

#### Alegría

Dulces, bebidas y recetas para celebraciones  
Torta de cambur  
Barritas de haupia y boniato morado  
Tres leches  
Buñuelos de Sofía  
Tarta de limón y aceite de oliva de la duquesa  
Paska  
Kremas y Coquito  
Ron sour

#### Componentes básicos

Acompañamientos, salsas y bases  
Bannann Peze  
Sambal  
Pikliz  
Épis  
Pique  
Adobo boricua  
Sofrito  
Frijoles refritos



**Este libro no es como otros libros de cocina: ¿cuántos libros de cocina de una ONG de ayuda humanitaria has visto por ahí? Los capítulos no están organizados por temporada, plato o ingredientes, sino por los valores de WCK, que nos definen como organización. Nos pareció una buena forma de estructurar este libro.**

**No solo es una oportunidad para compartir nuestras recetas, sino también las historias tras ellas, y dar a conocer a las personas y lugares que hacen que cada plato sea especial. Sin ellos, no podríamos hacer lo que hacemos.**

**Muchas de las recetas proceden de cocinas de WCK en todo el mundo y han sido desarrolladas por nuestro personal o por los voluntarios y socios que trabajan con nosotros. La mayoría se crearon para alimentar a muchas personas, pero se han modificado las cantidades para obtener entre cuatro y seis raciones, sin sacrificar el alma del plato.**

## PLATOS CON VALORES

Los capítulos de este libro se estructuran en torno a uno de los **valores fundamentales y las aspiraciones de WCK como organización**: empatía, urgencia, adaptación, esperanza, comunidad, resiliencia y alegría. Te contamos brevemente qué esperar de cada uno.

### empatía

Ser capaz de ponerse en la piel de otros y comprender cómo se sienten es fundamental para la labor de WCK. Los miembros del equipo lloran y ríen con la gente, los abrazan y escuchan y aprenden sobre sus vidas. Las recetas de este capítulo son una muestra de amor y calidez; elaboraciones que requieren tiempo. Algunas se cuecen durante muchas horas (como los guisos de cocción lenta), o llevan especias tostadas molidas a mano, o ingredientes que se marinan toda la noche para que el plato adquiera un sabor intenso. Se trata de platos que llenarán tu cocina de un delicioso aroma y atraerán a todo el vecindario.



### urgencia

WCK desempeña buena parte de su trabajo en la carretera. Los refugiados y migrantes necesitan alimentos en sus desplazamientos. Y los turnos de los bomberos, sanitarios y el personal de emergencias hacen que, en ocasiones, se tengan que alimentar a base de tentempiés. Recibir una comida nutritiva y caliente les alegra el día. Los platos de esta sección están pensados para la gente en movimiento. Desde hace siglos, alimentos que se pueden comer con las manos como los sándwiches, las arepas, los tacos o los tamales han servido para sostener a viajeros y trabajadores, y también a los niños (muchas de las recetas de esta sección son perfectas para las comidas de los más pequeños).

### adaptación

En 2006, Anthony Bourdain, quien fuera amigo íntimo de José, escribió sobre el «sistema D», un vocablo de la jerga culinaria con el que los chefs se refieren a la habilidad de salir airosos de cualquier situación. La «D» de su nombre viene del vocablo francés *débrouille* (o, si se prefiere, *démerde*), que significa resolver algo (o salir de la mierda; dependerá del tipo de cocina en el que se trabaje).

En el contexto de una catástrofe, hay mucho que resolver, por lo que el sistema D lo es todo para nosotros. Las recetas de este capítulo se adaptan a los retos que van surgiendo, armadas con sartenes, paelleras y bandejas de horno con las que alimentar de forma rápida y sencilla a un gran número de comensales. Quizás te ayuden a adoptar el sistema D en tu propia cocina. Imagina: es la noche de un martes y tu nevera está vacía. ¡Llega el momento de adaptarse!

## esperanza

Después de una catástrofe, la esperanza puede parecer inalcanzable. Pero como dice José, hay que mirar siempre hacia adelante, buscar un lugar donde haya luz y amor. Estas son las recetas que preparamos para dar esperanza a los afectados en una crisis, sopas y guisos que nutren y



calientan el corazón, sancocho que alimenta el alma. Prepara siempre un poco de más y guárdalo en el congelador; nunca se sabe cuándo te hará falta un poco de esperanza.

## comunidad

Donde quiera que vayamos, la comunidad siempre está en el centro de todo lo que hacemos en World Central Kitchen. Vecinos que ayudan a sus vecinos, familias al completo que se presentan como voluntarias, personas que se ayudan mutuamente en tiempos difíciles. La comunidad es lo que mueve WCK; sin ellos, la organización no existiría. Las recetas de este capítulo son perfectas para una cena comunitaria. Son, en su mayoría, vegetarianas y guarniciones, y todas están deliciosas. Además, modificar la cantidad que se obtiene es muy fácil, ya quieras dar de comer a tu familia o a cincuenta personas.

## resiliencia

En WCK no solo alimentamos a las personas afectadas por una catástrofe, sino que ayudamos a reconstruir los sistemas alimentarios de las comunidades para que sean capaces de hacer frente a futuras crisis. Esta labor se llamó Programa de Resiliencia, y fue una parte importante de la organización durante años. Las recetas de este

capítulo proceden de lugares en los que hemos apoyado los esfuerzos de reconstrucción (Haití, Puerto Rico, Guatemala y Bahamas), así como de otros en los que WCK ha colaborado con agricultores durante las operaciones de ayuda para mantener en marcha la economía local. Utiliza estos platos para descubrir ingredientes nuevos: ¡merecerá la pena!

## alegría

Para terminar con un buen sabor de boca, tenemos dulces (;y algún que otro cóctel!). Como sucede con la esperanza, la alegría no es el primer sentimiento que te despierta una situación de crisis, pero jamás debemos perderla de vista. En caso de catástrofe, los niños son los más vulnerables. Es por eso que WCK les presta especial atención, y busca formas de darles un poco de alegría y felicidad. Los dulces de este capítulo (panes, pasteles y barritas) son una forma estupenda de hacer sonreír a un niño, incluso en la situación más difícil. Y, para los adultos, hemos desarrollado un par de bebidas, que se pueden disfrutar acompañadas de un dulce (;o solas!).

## PASTA CREMOSA AL CURRI DE KARLA

Para 6 personas

½ taza de aceite de oliva virgen extra

1 c. s. de ajo picado

1 c. s. de jengibre fresco picado

1 lata (400 ml) de leche de coco

2 c. s. de curri en polvo

340 g de menestra de verduras congelada

sal kosher

¾ de taza de concentrado de tomate

450 g de penne, rigatoni, farfalle o fusilli

900 g de filetes de pescado (como pargo, fletán o mero) cortados en dados de 2,5 cm

450 g de mejillones limpios

½ taza de cilantro fresco picado

La chef Karla Hoyos desarrolló esta receta en Haití, cuando WCK estaba allí en respuesta a un terremoto que sacudió el sur del país en 2021; es el epítome de la adaptación. El equipo tuvo que idear recetas que incluyeran proteínas, verduras y féculas, todo ello elaborado en una sola paellera. A esto se sumaron otras restricciones: apenas tenían cámaras frigoríficas, y solo había tres paelleras para preparar diez mil comidas diarias. En el resultado final no hay rastro de ellas. Se trata de un plato ingenioso en el que la pasta se cuece en el caldo especiado, por lo que no hace falta hervirla previamente. La combinación del almidón de la pasta y la leche de coco produce una salsa muy cremosa, y la proteína se obtiene del pescado y los mejillones. Karla solo tenía verduras congeladas, lo que reduce el tiempo de preparación de la receta, pero no dudes en picar zanahorias, calabacines y coliflor frescos.



- ✓ Combina el aceite de oliva, el ajo, el jengibre, la leche de coco, el curri en polvo y 8 tazas de agua en una cazuela de hierro fundido. Llévalo a ebullición a fuego medio.
- ✓ Añade las verduras congeladas y 1 cucharadita de sal y vuelve a llevarlo a ebullición. Incorpora el concentrado de tomate y cuece hasta que se disuelva removiendo con frecuencia, unos 2 minutos.
- ✓ Agrega la pasta, removiendo con frecuencia para que no se pegue al fondo, y cuece 8 minutos.
- ✓ Incorpora el pescado y los mejillones. Cubre y cocina hasta que la pasta haya absorbido todo el líquido, el pescado esté hecho y se desmenuce y los mejillones se hayan abierto, de 5 a 7 minutos. Elimina los mejillones que no se hayan abierto. Sala al gusto y sirve con cilantro por encima.

## ARROZ CON POLLO A LO MANOLO

Para 6 personas

3 c. s. de aceite de oliva virgen extra  
 1 cebolla amarilla mediana cortada en dados  
 5 dientes de ajo picados  
 1 taza de Sofrito  
 1 tomate pera cortado en dados  
 ½ taza de aceitunas verdes sin hueso  
 1,5 kg de muslos y pechugas de pollo deshuesados y sin piel  
 450 g (2¼ tazas) de arroz blanco de grano medio, como Arroz Rico o Botan  
 5 tazas de caldo de pollo caliente  
 6 hojas de culantro o 1 manojo de cilantro picado grueso  
 sal kosher y pimienta negra recién molida  
 1 taza de guisantes frescos o descongelados  
 1 tarro (350 ml) de pimienta rojo asado escurrido y cortado en dados  
 Pique (opcional), para acompañar



Si sabes cocinar arroz con pollo para cuatro personas, hacerlo para cuatrocientas es igual de fácil. Esa es la actitud de Manolo Martínez, el chef a la cabeza de Paellas y Algo Más y uno de los miembros originales del equipo Chefs For Puerto Rico de WCK. Manolo, su familia y decenas de voluntarios trabajaban alrededor de un círculo de enormes paelleras (de más de un metro de diámetro, lo bastante grandes para cocinar quinientas raciones en cada una) y, mientras preparaban paellera tras paellera de arroz con pollo, cantaban tanto canciones tradicionales como improvisadas. En su momento de máxima actividad, cocinaban más de 4.500 kilos de pollo y casi 1.400 kilos de arroz al día, con los que alimentaron a decenas de miles de personas tras el paso del huracán María. Lo más probable es que tú no tengas que dar de comer a tantas personas, así que hemos reducido las cantidades de la receta. Lo mejor es prepararla en una cazuela de hierro fundido o una olla honda, pero también la puedes hacer en una paellera de 35 cm de diámetro. Y no te olvides de cantar mientras trabajas. ¡Le da sabor!

- ✓ Calienta el aceite a fuego medio en una cazuela de hierro fundido o una olla de fondo grueso (o si te ves capaz, en una paellera de 35 cm de diámetro). Añade la cebolla, el ajo y el sofrito y sofríelo, removiendo con frecuencia, hasta que desprenda su aroma y la cebolla esté translúcida, de 4 a 5 minutos. Agrega el tomate y las aceitunas y prosigue la cocción unos 5 minutos, hasta que el tomate esté tierno.
- ✓ Sube el fuego a medio-alto, incorpora el pollo y cocínalo, dándole la vuelta una o dos veces, hasta que pase de rosa a blanco por todos los lados, unos 5 minutos. Añade el arroz y remueve hasta que todos los ingredientes estén bien mezclados.
- ✓ Agrega el caldo de pollo caliente, el culantro, 1 o 2 cucharaditas de sal (dependiendo de lo salado que esté el caldo) y un poco de pimienta negra. Llévelo a ebullición a fuego medio-alto y cuece, sin tapar, hasta que todo el líquido se haya evaporado, unos 15 minutos.
- Baja el fuego, cubre con una tapa o papel de aluminio (dóblalo por los bordes de la olla para crear un sello hermético). Prosigue la cocción hasta que el arroz se haya hinchado y esté tierno, unos 20 minutos.



- ✓ Esponja el arroz, añade los guisantes y los pimientos asados y déjalo reposar 2 minutos, hasta que se calienten. Con un poco de suerte, en el fondo te quedará un poco de crujiente arroz dorado-quemado. En Puerto Rico se llama pegao, y es una delicia reservada para el cocinero (o sus afortunados hijos).
- ✓ Sirve el arroz con pollo caliente, acompañado de un poco de pique si quieres.

## TARTA DE LIMÓN Y ACEITE DE OLIVA DE LA DUQUESA

WCK encontró un socio excelente en The Archewell Foundation, la organización sin ánimo de lucro fundada por el Príncipe Harry y Meghan, los **duques de Sussex**. Para conmemorar la amistad entre ambas organizaciones, Meghan, toda una experta repostera, envió una tarta a un grupo de restauradoras que colaboraron con WCK durante la pandemia y a los miembros de la comunidad a los que proporcionaron comidas. Adjuntó este mensaje: «Esperamos que disfrutes de este obsequio que hemos horneado para ti, una pequeña muestra de nuestro agradecimiento, de nuestra casa a la tuya. Esperamos que este esfuerzo sirva como muestra de que, cuando todos participamos, incluso las acciones más pequeñas tienen un efecto dominó. Hasta las acciones individuales nos repercuten a todos». ¡Hornea esta hermosa tarta para un vecino para ver el efecto dominó en acción!



Para 8-12 personas

**PARA EL ROMERO CRISTALIZADO (OPCIONAL)**

3 ramitas de romero pequeñas, de no más de 2,5 cm de largo cada una

1 clara de huevo grande ligeramente batida

2 c. c. de azúcar granulado o azúcar extrafino

**PARA LA TARTA**

Aceite en spray

1 $\frac{1}{2}$  tazas (265 g) de aceite de oliva virgen extra

3 huevos grandes

1 $\frac{1}{4}$  tazas (285 g) de leche entera

1 $\frac{1}{2}$  c. s. de ralladura de limón

$\frac{1}{4}$  de taza (60 g) de zumo de limón recién exprimido

$\frac{1}{4}$  de taza (60 g) de limoncello

2 c. c. de extracto de limón (opcional)

1 $\frac{3}{4}$  tazas (350 g) de azúcar granulado

2 tazas más 2 c. s. (255 g) de harina común

1 $\frac{1}{2}$  c. c. de sal marina fina

$\frac{1}{2}$  c. c. de levadura en polvo

$\frac{1}{2}$  c. c. de bicarbonato de sodio

azúcar glass (opcional), para espolvorear

**PARA EL ROMERO CRISTALIZADO (SI LO PREPARAS):** al menos 6 horas antes de servir la tarta, pinta con clara de huevo cada ramita de romero por todos los lados (te sobrará clara). Esparce el azúcar en un plato y pasa el romero por el azúcar de forma que las ramitas queden ligeramente cubiertas por todos lados. Repite la operación con el resto del romero. Resérvalo sobre una rejilla 6 horas como mínimo, o toda la noche.



**PARA LA TARTA:** calienta el horno a 160 °C y forra un molde desmontable de 23 cm y al menos 7 cm de profundidad con papel de horno. Rocía el papel y los laterales del molde con aceite en spray.

- ✓ Bate el aceite de oliva y los huevos en un bol grande hasta que emulsionen. Añade la leche, la ralladura de limón, el zumo de limón, el limoncello y el extracto de limón (si lo usas) y bate para que se mezclen. Agrega el azúcar granulado y remueve bien. Echa la harina, la sal, la levadura en polvo y el bicarbonato y bate hasta que se incorporen; no mezcles en exceso. Obtendrás una masa bastante fina. Es normal.
- ✓ Pasa la masa al molde preparado. Coloca el molde en una bandeja de horno para asegurarte de que no haya fugas y hornea de 1 hora a 1 hora y 15 minutos, hasta que se dore y el centro se hinche. Cuando pinches el centro con un palillo, este saldrá limpio o solo arrastrará alguna miga húmeda (empieza a comprobar la cocción cuando haya pasado 1 hora).
- ✓ Retira la tarta del horno y déjala enfriar en el molde sobre una rejilla metálica alrededor de 1 hora. Desmonta los laterales del molde y despega la parte inferior con cuidado. Coloca la tarta directamente en la rejilla para que se termine de enfriar.
- ✓ Espolvoréala con azúcar glass antes de servir. Si lo usas, decora la parte superior con las ramitas de romero cristalizado.

*Nota: asegúrate de que tu molde desmontable tenga una profundidad de al menos 7 cm. La mayoría de moldes redondos de 23 cm de diámetro tienen 5 cm de profundidad y la tarta se desbordará.*

## Las recetas de World Central Kitchen

Para alimentar la humanidad y la esperanza

José Andrés y Sam Chapple Chopol

Planeta Gastro, 2024

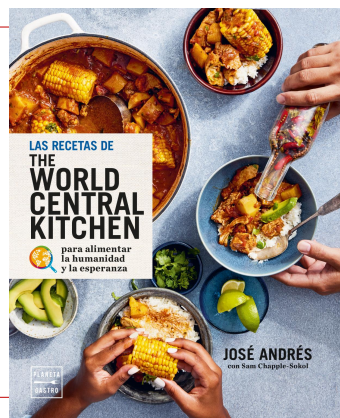
21 x 26 cm

304 páginas

Cartoné

PVP c/IVA: 29,95 €

A la venta desde el 27 de noviembre de 2024



**Para más información a prensa:**

Lola Escudero. Directora de Comunicación de Planeta Gastro

Tel: 619 212 722 // [lescudero@planeta.es](mailto:lescudero@planeta.es)

## ¿CÓMO ES EL LIBRO POR DENTRO? Ejemplos de páginas interiores

### WORLD CENTRAL KITCHEN Y LAS FECHAS ESPECIALES

Desde septiembre de 2017 WCK no ha dejado de cocinar ni uno solo de los 365 días del año en algún lugar del mundo. No nos tomamos vacaciones. Cuando se acerca una fecha señalada, nuestro equipo prepara una celebración acorde. Estos banquetes son una oportunidad para que la comunidad se reúna y celebre algo universal, incluso en momentos de crisis.

Nuestra primera gran comida de celebración fue el día de Acción de Gracias de 2017 que celebramos en Puerto Rico tras el paso del huracán María. José viajó a San Juan con su mujer, Tichi, y sus treshijas, Carlota, Inés y Lucía, para organizar, junto con el equipo de Chefs For Puerto Rico (véase pág. 177), el reparto de un menú especial para cuarenta mil puertorriqueños. Era una comida tradicional de Acción de Gracias con un toque local: además de puré de patatas, maíz, relleno, salsa de arándanos y  *gravy*, había pavochón, una mezcla puertorriqueña de pavo y lechón en la que el pavo se adereza con especias para lechón (sal, pimienta negra, ajo fresco, orégano y comino) y se asa. No fue tarea fácil: aunque ya habían pasado dos meses de la tormenta, muchas comunidades seguían sin electricidad y el suministro eléctrico de la cocina seguía siendo irregular; mientras el equipo cocinaba, las luces parpadeaban. La comida en sí era tanto una celebración como una necesidad. Para Tichi fue revelador: «Fue la primera vez que vi cómo WCK no se limitaba a alimentar el cuerpo. Los vi alimentar el alma, crear comunidad, dar a la gente la oportunidad de recomponerse tras el desastre».

Una de nuestras celebraciones más ambiciosas tuvo lugar un año más tarde, semanas después de que el incendio de Camp Fire destruyera Paradise, en California. Junto con las autoridades locales y los habitantes de la ciudad vecina de Chico, invitamos a todos los afectados por el incendio a un banquete de Acción de Gracias cocinado por un equipo de chefs y restauradores, entre los que se encontraban los miembros de Chef Corps Guy Fieri (en la imagen de la derecha) y Tyler Florence (encontrarás sus recetas festivas en las páginas 219 y 220). Llamamos al evento «Thanksgiving Together» (Acción de Gracias Juntos) y preparamos comida para quince mil personas: servimos más de 3.000 kg de pavo, 2 toneladas de puré de patata y judías verdes, 200 kg de arándanos y 1.000 tartas de calabaza.

Lo más sorprendente de aquella comida fue que muchos de los comensales no querían que les sirvieran la cena, sino ser ellos quienes la *servieran*. Contamos con la ayuda de más de mil voluntarios, que trabajaron en las cocinas, sirvieron la comida en el comedor o repartieron alimentos a las familias que no pudieron acudir. Durante gran parte del día, la sala parecía estar medio llena, pero no porque no hubiera suficiente comida o entusiasmo, sino porque muchos de los invitados se ofrecieron voluntarios para ayudar. Aquel día sentimos el poder de la comunidad

216

LAS RECETAS DE WORLD CENTRAL KITCHEN



### BUÑUELOS DE SOFÍA

Para muchos guatemaltecos la Navidad empieza el 7 de diciembre, el día de la Quema del Diablo. Puestos de todo el casco histórico de Ciudad de Guatemala venden piñatas en forma de diablo, conocidas como diablitos, que se queman en esta celebración. La chef Sofía Deleon, propietaria del restaurante El Mercury en Filadelfia y miembro del Chef Corps de WCK, recuerda cómo celebraba la Quema del Diablo con sus abuelos: «Cuando el reloj marcaba las 6 de la tarde, hacíamos una hoguera con periódicos viejos y ramitas y quemábamos la piñata. Y cuando el fuego se apagaba pasábamos a mi parte favorita: la comida». La abuela de Sofía preparaba cientos de buñuelos, bolas de masa frita servidas con una dulce miel crítica típica de esta fiesta. Esta es la versión de Sofía de la receta de su abuela.

#### PARA UNOS 20 BUÑUELOS

##### PARA LA MASA

½ taza (120 g) de agua tibia (45 °C)  
2¼ c. c. de levadura seca activa  
½ taza (115 g) de leche entera  
2 c. c. de ralladura de naranja  
1¼ tazas más 2 c. s. (195 g) de harina común  
½ taza (85 g) de pasas  
2 c. s. de aceite de canola  
1 c. s. de azúcar granulada  
½ c. c. de sal kosher

##### PARA EL SIROPE DE CÍTRICOS

1¼ tazas de azúcar granulada  
½ taza de miel  
la piel en tiras de 1 naranja  
la piel en tiras de 1 mandarina  
la piel en tiras de 2 limones  
1 ramita de canela

##### PARA LOS BUÑUELOS

aceite de canola, para freír  
azúcar glass (opcional), para espolvorear

**1. PARA LA MASA:** mezcla con un tenedor el agua templada y la levadura en un bol grande. Déjalo reposar unos 10 minutos para que la levadura se disuelva.

**2.** Pon un cazo con la leche y la ralladura de naranja a fuego medio-alto hasta que alcance unos 45 °C y pásalo al bol con la levadura. A continuación, añade la harina, las pasas, el aceite de canola, el azúcar granulada y la sal. Mézclalo con una espátula de silicona hasta obtener una masa pegajosa y espesa. Cubre el bol con un paño de cocina y déjalo leudar en un lugar cálido hasta que doble su tamaño, aproximadamente 1 hora.

**3. PARA EL SIROPE DE CÍTRICOS:** combina todos los ingredientes y una taza y media de agua en una olla pequeña, y remueve brevemente para que se mezcle. Llévalo a ebullición a fuego medio hasta que el azúcar se disuelva y la mezcla desprenda su aroma, unos 20 minutos. Retíralo del fuego y déjalo que la mezcla se infusione y enfríe mientras fríes los buñuelos. Cuando esté frío, retira la ralladura y la rama de canela (reserva las tiras de ralladura confitadas para usarlas en otras elaboraciones).

**4. PARA LOS BUÑUELOS:** forra un plato grande con papel de cocina. Vierte por lo menos 7 cm de aceite de canola en una cazuela de hierro fundido, freidora u olla de fondo grueso y caliéntalo a 180 °C.

**5.** Cuando el aceite esté caliente, trabajando en tandas para no llenar mucho la sartén, cubre una cuchara sopera en aceite y deja caer pequeñas bolas de masa en el aceite caliente. Dependiendo del tamaño de la olla, haz 3 o 4 cada vez. Fríelos 1 o 2 minutos por cada lado hasta que se doren. Es un proceso rápido y dependiendo del tamaño de tus buñuelos, obtendrás unos 20 en total. Pásalos al papel de cocina con una espumadera para que se escurran.

**6.** Para servir, reparte los buñuelos en boles y rocíalos con un poco de sirope: 1 o 2 cucharadas bastarán, pero si el dulce te apasiona, usa 2 o 3 cucharadas de sirope y un poco de azúcar glass. (Sofía es muy golosa, le encanta el azúcar glass por encima!)



266

LAS RECETAS DE WORLD CENTRAL KITCHEN



## BACALAO AL CLUB RANERO

El equipo de WCK sirvió esta receta vasca (puedes leer más al respecto en la página 75) en nuestra cocina de Madrid durante el peor momento del brote nacional de la covid-19, cuando repartíamos comida a médicos, enfermeras y ancianos afectados por la pandemia. Combina dos recetas vascas clásicas: bacalao al pil pil, un consistente guiso de bacalao en salazón espesado con la piel gelatinosa del pescado, y pisto, un plato parecido al *ratatouille* francés, rico en verduras y regado con una buena cantidad de aceite de oliva. En nuestra versión le añadimos una generosa cantidad de ajo, que confitamos en el aceite. La piel de los filetes de bacalao en salazón se deshace en el aceite con ajo, formando una gelatina con sabor umami que sirve de salsa para las verduras rebogadas y el bacalao al horno. La receta puede parecer muy elaborada, pues el ajo se tiene que escalfar y deshidratar durante muchas horas y el bacalao en salazón pasa 24 horas en remojo en agua fría, que tendrás que ir cambiando, antes de que se pueda usar. Sin embargo, una vez completados estos pasos preliminares, el plato final se hace en menos de 30 minutos, y el resultado es espectacular.

### PARA 4 PERSONAS

2 cabezas de ajo grandes con los dientes separados y pelados  
1 taza y 2 c. s. de **aceite de oliva virgen extra**  
450 g de **bacalao en salazón**, a ser posible con piel  
2 c. s. de **perjeji seco**  
1 **cabellita amarilla** grande cortada en dados  
1 **pimiento verde** grande cortado en dados grandes  
1 lata (410 g) de **tomates triturados**  
1 c. s. de **pasta de pimiento choricero** (véase Nota de la pág. 74) o **pimiento rojo asado picado fino sal kosher** y **pimienta negra recién molida**

1. El día antes, mezcla los dientes de ajo y 1 taza de aceite en una cacerola pequeña. Confitá el ajo a fuego lento durante 2 horas.
2. Cuando casi haya transcurrido el tiempo de confitado, calienta el horno a 95 °C y forra una bandeja de horno con papel de horno.
3. Reserva el aceite y retira los dientes de ajo confitados. Coloca la mitad de los dientes de ajo en la bandeja de horno y deshidrátalos en el horno unas 8 horas, o toda la noche. Haz un puré con el ajo restante en un robot de cocina pequeño. Reserva la pasta de ajo en un tarro hermético y refrigérala toda la noche. Vierte el aceite infundado con ajo en un tarro hermético aparte.
4. Mientras tanto, empieza a rebogitar el bacalao en salazón. Colócalo en un plato hondo o una bolsa con cierre de cremallera y cúbrelo con agua fría. Reserva el pescado en remojo en el frigorífico. Cambia el agua tres o cuatro veces a lo largo de las siguientes 24 horas.
5. Cuando los dientes de ajo se hayan deshidratado, déjalos enfriar y pícalos gruesos. Combina el ajo y el perjeji seco y resérvalos.
6. Calienta las 2 cucharadas de aceite de oliva restantes a fuego medio en una sartén mediana. Rehogla la cabellita de 3 a 5 minutos hasta que se empiece a ablandar. Agrega el pimiento y cocina de 3 a 5 minutos, hasta que esté tierno. Incorpora el tomate triturado, la pasta de ajo reservada y el pimiento choricero y rehoga, removiendo con frecuencia de 10 a 12 minutos, hasta que la salsa empiece a espesar. Pruébalo y sazónalo con sal. Esta salsa es el pisto.
7. Escurre y aclara los filetes de bacalao una última vez y córtalos en 4 trozos del mismo tamaño. Calienta el aceite de ajo reservado a fuego medio en una cazuela de barro grande o una sartén ancha hasta que brille. Fríe el pescado con la piel hacia abajo hasta que esté firme y un poco más blanco, 3 o 4 minutos. Dale la vuelta y sigue cocinando hasta que esté bien hecho, 3 minutos más.

(la receta continúa)

## COMO HACER UN BOCADILLO

### ENTRE 2 REBANADAS DE PAN

**Jamón y queso** (nuestra versión del clásico): 3 lonchas de jamón cocido, 2 lonchas de queso (normalmente americano) y una buena cantidad de mayoketchup (véase Salsas, a la derecha). Si puedes conseguir jamón local, ¡úsalo. En el oeste de Kentucky tuvimos la suerte de servir el de Col. Newsum's Aged Kentucky Country Ham.

**Pavo y queso**: en lugar de jamón, usa 3 lonchas de pavo.

**Ensalada de atún** (la de siempre): atún en agua, desmigajado y mezclado con mayonesa, apio, un poco de mostaza, sal y pimienta. Mejora aún más con pepinillos para un toque crujiente y un chorrito de salsa picante.

**Salami, queso cheddar y pepino**: sabroso por el salami, fresco y crujiente por los pepinillos en rodajas finas y con el sabor lácteo del queso cheddar. En Polonia, nos conquistó al primer mordisco.

**Ensalada de pollo**: preparamos esta receta a menudo, sobre todo cuando sobra pollo. Las pasas aportan un ligero dulzor y se conservan mejor que las uvas, la opción más clásica.



### EN UN PANECILLO

**Tilapia frita**: la receta se desarrolló en Haití durante uno de los primeros proyectos de WCK en Pwason Bení, un restaurante de pescado anexo al orfanato de la ONG Partners in Health, que también gestionaba una panadería. Se hace con tilapia frita, Pkikiz (pág. 290) y un poco de mayonesa.

**Huevos fritos, alioli de albahaca y tomate asado**: haz los huevos en una bandeja! Descubre cómo hacerlo en Sándwiches de desayuno con alioli de albahaca (pág. 96).

**Pulled pork**: uno de los favoritos de nuestros amigos de Excalibur, socios de WCK en Arkansas. Prepáralo cuando te sobre Guiso de cerdo al pastor (pág. 60).

**Ensaladilla de jamón cocido**: la chef Mi-Sol Chevallier lo preparó en Puerto Príncipe con restos de jamón y una buena dosis de aceite picante.

### WRAPS Y BURRITOS

**Wrap de verduras**: zanahorias en juliana, brotes, pepino en rodajas, hummus, quizás alguna aceituna... ¡Siempre un acierto!

**Burrito de pollo**: arroz, frijoles, pollo desmenuzado y cualquier otro ingrediente que desees, ya sea queso, salsa o aguacate. Tras el paso del huracán Barry, repartimos burritos a una localidad inundada de Luisiana en un vehículo anfibio.

**Burrito de desayuno**: igual que el anterior, pero sustituyendo el pollo por huevos revueltos. En las elecciones estadounidenses de 2020, los servimos calientes en Fairbanks, Alaska, a quienes esperaban su turno a -30 °C.

**Balcadas**: tortillas grandes rellenas de frijoles refritos y más, dobladas como si fueran un taco; hemos hecho miles de ellas en Honduras y Guatemala, con todo tipo de

rellenos, desde frijoles refritos hasta jamón y queso (véase Balcadas sencillas, pág. 99).

**Arepas**: la respuesta venezolana al sándwich: masa plana con una variedad de rellenos entre los que elegir (pág. 109).

**Dije**: pollo asado con toam de ajo (salsa de ajo blanco) enrollado en un pan de ajo plano, al más puro estilo de Beirut.

### SALSAS

**Mayonesa**: un básico. José asegura que es infalible. En 2018, un artículo del *New York Times* proclamaba que «José Andrés combate el hambre con mayonesa».

**Mayoketchup**: una mezcla a partes iguales de ketchup y mayonesa cortada de Puerto Rico (es la suela añadir ajo picado y cilantro; la receta exacta es objeto de debate).

**Mayoketchup avanzado**: añádele un poco de orégano seco para aromatizar.

**Salsa especial polaca**: ketchup, mayonesa, mostaza y eneldo mezclados con queso crema, una novedosa versión de la salsa especial.

**Dijonesas**: esta salsa es tan popular en España como el mayoketchup en Puerto Rico: mezcla 1 parte de mayonesa y 1 parte de mostaza de Dijon.

