

# Zamburiñas a la plancha con ratatouille de verduras y jamón ibérico.

---

En esta lección nos centramos en la zamburiña, un molusco bivalvo muy apreciado en la gastronomía española, sobre todo en Galicia, ya que forma parte de la popular empanada gallega. Allí se captura principalmente este marisco, de tamaño inferior a la vieira, que posee una carne con un sabor muy concentrado y una textura de gran calidad. Para aprovechar estas cualidades te vamos a enseñar la técnica para que hagas unas zamburiñas a la plancha bien jugosas, prestando especial atención a los líquidos que tenemos que eliminar de la zamburiña antes de su cocción. Para ofrecerte una original alternativa, mezclaremos el sabor de la zamburiña con el del tocino blanco, muy presente en la guarnición.

## Preparación

---

Para hacer las zamburiñas: Abrimos las zamburiñas, le quitamos las tripas y eliminamos el exceso de agua con papel absorbente. En una sartén con un poco de aceite caliente doramos las zamburiñas, durante unos 90 segundos aproximadamente por un lado, antes de girar y dejar que se hagan por el otro lado retirando la sartén del fuego. Para hacer las verduras: Hervimos durante unos 30 segundos la coliflor y el brócoli y los blanqueamos en agua helada. Hacemos el mismo procedimiento con la judía verde cortada en julianas, pero con una cocción de 90 segundos. Por otro lado, eliminamos la sal del tocino y lo cortamos en dados pequeños que fundiremos en la sartén con aceite a fuego lento. Cuando empiece a estar dorado y cremoso le añadimos las diferentes verduras hervidas, junto al pimiento troceado, y salteamos. Emplatamos al gusto, añadiendo por ejemplo cortezas de cerdo fritas trituradas.

## Ingredientes

---

Para 4 personas:

24 Zamburiñas

200 gr. de tocino de cerdo blanco

150 gr. de coliflor

150 gr. de brócoli

100 gr. de judías verdes

1 Pimiento rojo

Cortezas de cerdo

## Utensilios

---

Sartenes

Cuchillos

Boles  
Ollas  
Espátula  
Pinzas  
Cucharas

## Instructor destacado

---



Sergio Fernández

ARCOS

 **BOSCH**  
Innovación para tu vida

El Corte Inglés  
**SUPERMERCAD**