

# ARMONÍA DE OLIVOS



RECETAS FAMILIARES CON ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

“La buena comida es muy a menudo,  
incluso la mayoría de las veces,  
comida sencilla.”

Anthony Bourdain

“ No es necesario cocinar platos  
elaborados o complicadas obras maestras,  
simplemente buena comida con  
ingredientes frescos.”

Julia Child

# ÍNDICE DE RECETAS



Alioli	14
Salsa de aguacate	15
Hummus fácil	11
Confit de ajo	12
Salsa holandesa	16
Mayonesa	13



Puré de papas cremoso	3
Pan de ajo sabroso	8
Arroz frito con ajo	6
Patatas chips saludables	5
Regañás	10
Pan Naan	4
Focaccia sin amasar	9
Pudín Yorkshire	7



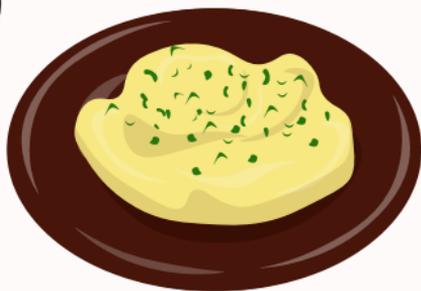
Pasta cremoso de aguacate	17
Pasta con calabacín	18
Pasta con ajo	19



Churros caseros	22
Bebida de aceite de oliva y limón	20
Helado de pistacho	21

# Puré de patatas cremoso

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



 2-3 porciones  40 minutos

## INGREDIENTES

3 patatas grandes

50 ml de leche

Sal al gusto

Aceite de oliva virgen extra

Reinos de Taifas

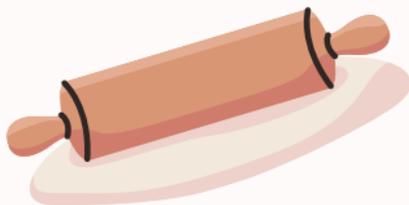
Pimentón en polvo (opcional)

## INSTRUCCIONES

1. Llevar agua a ebullición en una cacerola grande. Agregar 2 cucharaditas de sal y cocinar las patatas hasta que estén blandas, aproximadamente 20-30 minutos, dependiendo del tamaño. (Cortar las patatas por la mitad si son muy grandes). Pinchar las patatas con un cuchillo para verificar si están cocidas.
2. Quitar las patatas. Pelar la piel de las patatas y hacer puré con un machacador o un tenedor.
3. Calentar la leche hasta que esté tibia. Agregar el puré de papas y mezclar bien. Agregar más leche si prefieres una textura más cremosa. (Sustituir la leche: usar agua de la cocción de las patatas).
4. Retirar la cacerola del fuego. Agregar sal y aceite de oliva al gusto, mezclar bien y servir.
5. Aliñar con más aceite de oliva y echar un poco de pimentón en polvo sobre el puré de patatas.

# Pan Naan

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



2-3 porciones



40 minutos

+ 1 hora tiempo de  
reposo

## INGREDIENTES

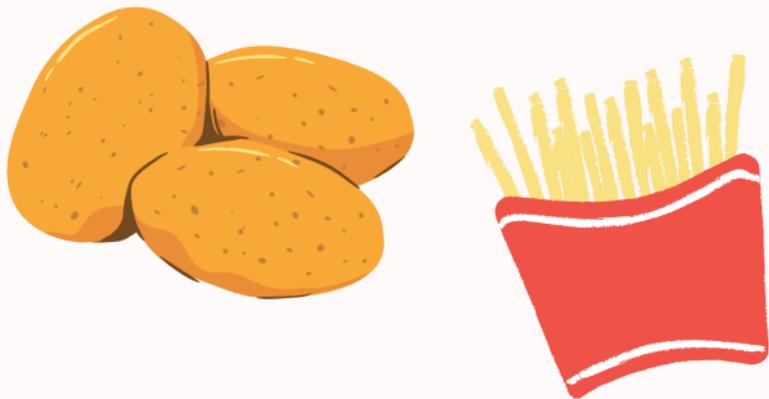
570 gramos de harina de trigo  
1 y 1/2 cucharadita de levadura en  
polvo  
1 cucharadita de azúcar  
150 ml - 200 ml de agua  
2 cucharadas de aceite de oliva  
virgen extra Reinos de Taifas  
8 cucharadas de yogur natural  
2 dientes de ajo picado (opcional)

## INSTRUCCIONES

1. Coloca la harina, la levadura en polvo y el azúcar en un bol. Mezcla los ingredientes uniformemente.
2. Añade el aceite de oliva y el yogur natural a la mezcla. Mezcla con las manos. Agrega de forma gradual de 150 ml a 200 ml de agua, 50 ml a la vez, hasta que comience a unirse. Dependiendo del yogur que uses, deja de agregar agua cuando se forme una masa.
3. Amasa la masa durante unos 5 minutos hasta que quede suave y elástica. Cubre la masa y déjala reposar durante al menos 1 hora. Esto ayuda a que el naan quede más esponjoso.
4. Divide la masa en 6-8 trozos. Forma bolas y cúbrelos con un paño de cocina. Estira una de las bolas de masa en una superficie ligeramente enharinada hasta obtener una forma ovalada y repite con el resto de las bolas de masa.
5. Calienta una sartén antiadherente a fuego medio-alto y coloca la masa del naan sin aceite. Cocina hasta que se inflen y doren. Voltea y repite.
6. Para el aceite de oliva con ajo: Pon el ajo picado y el aceite de oliva en un recipiente apto para microondas y caliéntalo durante unos 30 segundos. Vierte un poco sobre el pan naan.

# Patatas chips saludables

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



2-3 porciones



40 minutos

## INGREDIENTES

2-3 patatas medianas -  
grandes

Sal (opcional)

Aceite de oliva virgen extra

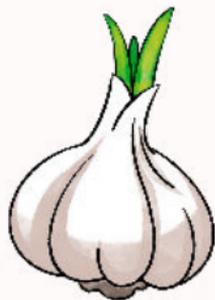
Reinos de Taifas

## INSTRUCCIONES

1. Precalienta el horno a 200°C/con ventilador a 180°C. Corta las patatas en rodajas de 1 cm, luego en palitos de 1 cm de grosor. (El tiempo de cocción depende del grosor)
2. Aliña las patatas con aceite de oliva, asegurándote de que cada palito esté cubierto.
3. Coloca las patatas en una bandeja de horno con rejilla de cocina (para hacer la textura más crujiente) y hornéalas durante 25-40 minutos hasta que estén doradas. Echa sal y sirve.

# Arroz frito con ajo

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



2-3 porciones



15 minutos

## INGREDIENTES

5-10 dientes de ajo picados

Sal (opcional)

Aceite de oliva virgen extra

Reinos de Taifas

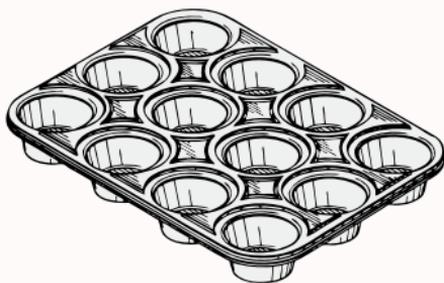
2 tazas de arroz cocido y  
enfriado/ arroz sobrante

## INSTRUCCIONES

1. Calienta una sartén antiadherente a fuego medio-alto. Una vez caliente, agrega aproximadamente 2 cucharadas de aceite.
2. Añade el ajo y  $1/2$ -1 cucharadita de sal. Cocina hasta que esté casi dorado.
3. Agrega el arroz y mézclalo con el ajo y el aceite. Deja cocinar durante unos 3-4 minutos.
4. Apaga el fuego. Agrega más sal y aliña con aceite de oliva según tu gusto.

# pudding Yorkshire

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



3-4 porciones



40 minutos

## INGREDIENTES

70gramos de harina de trigo

2 huevos

100ml leche

Aceite de oliva virgen extra

Reinos de Taifas

1/2 cucharadita de sal

## INSTRUCCIONES

1. Precalienta el horno a 220°C/200°C con ventilador.
2. Añade aproximadamente 1/2 cucharadita de aceite de oliva a cada orificio del molde para magdalenas y colócalo en el horno caliente durante unos 20 minutos.
3. Agrega harina de trigo, sal y huevos a un bol y mezcla bien.
4. Agrega gradualmente 100 ml de leche a la mezcla y mezcla hasta que esté completamente incorporada.
5. Deja reposar la mezcla hasta que esté lista para cocinar.
6. Retira el molde para muffins del horno y vierte la masa uniformemente en los 6 orificios.
7. Cocina durante 20-25 minutos hasta que los Yorkshire puddings estén inflados.

# Pan de ajo sabroso

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



2-3 porciones ⌚ 50 minutos

## INGREDIENTES

2-3 ajos enteros

Sal

Queso parmesano rallado

Aceite de oliva virgen extra

Reinos de Taifas

1 barra de pan

## INSTRUCCIONES

1. Precalienta el horno a 200°C/180°C con ventilador.
2. Corta las cabezas de ajo por la mitad y echa con aceite de oliva y un poco de sal.
3. Envuelve las mitades en papel de aluminio. Ásalas en el horno durante 30-40 minutos, dependiendo del tamaño (puedes hacer esto la noche anterior). El ajo debe quedar dorado y suave.
4. Una vez frío, exprime el ajo en un cuenco. Agrega queso parmesano, 2 cucharadas de aceite de oliva y sal a tu gusto.
5. Corta el pan en rebanadas. Coloca la pasta de ajo en cada rebanada. Mételas en el horno a 180°C/160°C con ventilador durante 10 minutos.

# Focaccia sin amasar

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



 5-6 porciones  17 horas

## INGREDIENTES

512g de harina de trigo/harina de fuerza  
2 cucharaditas de sal  
2 cucharaditas de levadura instantánea  
Aceite de oliva virgen extra  
Reinos de Taifas  
455g de agua tibia  
Romero (opcional)  
Sal marina

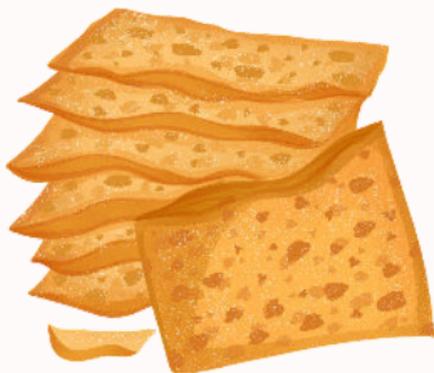
Añadir cualquier 'topping' de tu elección.

## INSTRUCCIONES

1. Bate la harina, la sal y la levadura en un bol.. Agrega agua y mezcla hasta que se forme una masa pegajosa.
2. Cubre la masa con aceite de oliva. Cubre el bol con una tela. Deja reposar la masa en la nevera durante al menos 12 horas/toda la noche.
3. Desinfla la masa y jala los extremos hacia el centro de la masa varias veces para formar una bola. Asegúrate de que la masa esté cubierta con aceite de oliva.
4. Engrasa la bandeja para hornear con aceite de oliva. Transfiere la masa a la bandeja y deja reposar durante 3-4 horas.
5. Precalienta el horno a 200°C/180°C con ventilador. Agrega sal marina y romero a la masa y echa más aceite.
6. Cubre tus manos con aceite y estira la masa para cubrir la bandeja si es necesario. Usa tus dedos para presionar la masa hacia abajo formando hoyuelos. Deja reposar durante otros 20 minutos.
7. Hornea durante 25-30 minutos hasta que esté dorado.

# Regañás

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



 6-8 porciones  50 minutos

## INGREDIENTES

400g de harina de trigo  
75g de agua  
50g de vino blanco (puede  
sustituirse por agua)  
1 cucharadita de sal  
100g de aceite de oliva virgen  
extra Reinos de Taifas  
1 cucharada de semillas de  
sésamo (opcional)

## INSTRUCCIONES

1. Precalienta el horno a 180°C/160°C con ventilador.
2. Mezcla todos los ingredientes con las manos hasta formar una masa.
3. Divide la masa en 2 partes. Extiende una de las masas en forma rectangular y lo más fina posible sobre una superficie ligeramente enharinada.
4. Usando un cuchillo/cortador de pizza, corta la masa en mini galletas - rectángulos de aproximadamente 5cm x 8cm.
5. Coloca las mini galletas en papel de hornear y hornéalas durante 25-30 minutos o hasta que estén doradas.
6. Repite los pasos 3-6 para la otra masa.

# Hummus

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



2-3 porciones 🕒 10 minutos

## INGREDIENTES

250g de garbanzos  
cocidos/enlatados

1 diente de ajo pequeño

2 cucharadas de aceite de  
oliva virgen extra Reinos  
de Taifas

2-3 cucharadas de agua

Sal

Pimentón (opcional)

## INSTRUCCIONES

1. Coloca los garbanzos, el diente de ajo, el aceite de oliva y el agua en una licuadora y mezcla hasta obtener una mezcla suave.
2. Primero, prueba el hummus y agrega sal a tu gusto.
3. Sirve el hummus con más aceite de olive a tu gusto y echa un poco de pimentón por encima.

# Confit de ajo

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



 4-6 porciones  2 horas

## INGREDIENTES

Un puñado de romero

10 dientes de ajo

Aceite de oliva virgen  
extra Reinos de Taifas

## INSTRUCCIONES

1. Separa los dientes de ajo y pela la piel.
2. Coloca los dientes de ajo pelados y el romero en un recipiente pequeño y profundo para hornear. Vierte aceite de oliva hasta que los dientes de ajo estén completamente cubiertos.
3. Asa el confit de ajo en el horno durante aproximadamente 2 horas a 110°C/90°C con ventilador hasta que el confit de ajo se dore y esté suave.
4. Puedes revisar el confit de ajo a partir de 1 hora.

# Mayonesa

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



 4-5 porciones  5 minutos

## INGREDIENTES

100 ml de aceite de oliva  
virgen extra Reinos de Taifas  
1 huevo  
1 cucharada de jugo de limón  
Sal

## INSTRUCCIONES

1. Agrega el huevo, el jugo de limón y una pizca de sal en un bol.
2. Al mismo tiempo, enciende la batidora de mano y vierte lentamente el aceite de oliva hasta que se forme la mayonesa.
3. Una vez que la mezcla esté emulsionada, transfírela a un frasco en el refrigerador por hasta 3 días.

# Alioli

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



 4.5 porciones  5 minutos

## INGREDIENTES

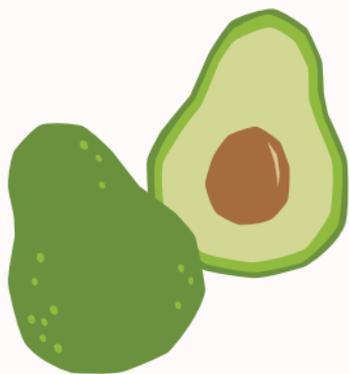
100 ml de aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas  
1 huevo  
1 cucharada de jugo de limón  
Sal  
1 diente de ajo

## INSTRUCCIONES

1. Agrega el huevo, el ajo, el jugo de limón y una pizca de sal en un bol.
2. Al mismo tiempo, enciende la batidora de mano y vierte lentamente el aceite de oliva hasta que se forme la mayonesa.
3. Una vez que la mezcla esté emulsionada, transfíerela a un frasco en el refrigerador por hasta 3 días.

# Salsa de aguacate

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



2-3 porciones



10 minutos

## INGREDIENTES

1-2 aguacates medianos-  
grandes

1 diente de ajo pequeño

3 cucharadas de aceite  
de oliva virgen extra

Reinos de Taifas

Sal

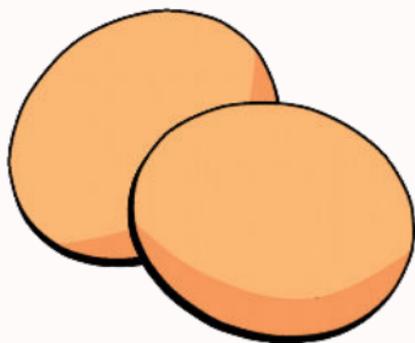
3 cucharadas de queso  
crema

## INSTRUCCIONES

1. En un tazón grande, agrega todos los ingredientes.
2. Mezcla con una batidora de mano.
3. Si la mezcla está demasiado espesa, puedes ajustar la consistencia agregando un poco de agua.

# Salsa de Holandesa

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



 2-3 porciones  10 minutos

## INGREDIENTES

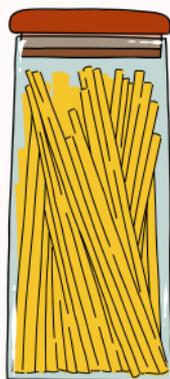
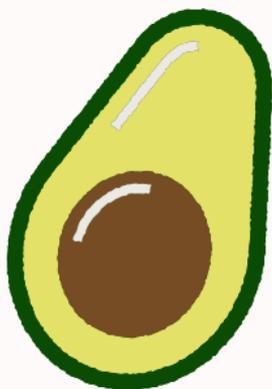
3 yemas de huevo grandes  
100 ml de aceite de oliva  
virgen extra Reinos de Taifas  
1-2 cucharadas de agua tibia  
2 cucharadas de jugo de  
limón  
sal

## INSTRUCCIONES

1. Agrega las yemas de huevo, el agua tibia y el jugo de limón en un bol de vidrio. Usa una batidora de mano para mezclar bien.
2. Vierte la mitad del aceite de oliva y mezcla bien. Repite con el aceite de oliva restante.
3. Calienta en el microondas durante 5 segundos. Agrega más agua si es necesario para obtener la consistencia deseada.
4. Vuelve a calentarlo en el microondas hasta que esté tibio. Agrega sal a tu gusto.

# Pasta de aguacate cremoso

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



 2 porciones  20 minutos

## INGREDIENTES

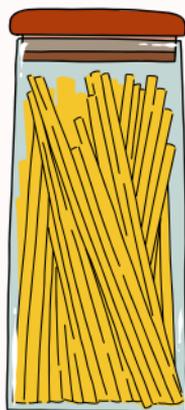
1-2 aguacates medianos-  
grandes  
1 diente de ajo pequeño  
3 cucharadas de aceite de oliva  
virgen extra Reinos de Taifas  
3 cucharadas de queso crema  
8-10 cucharadas de agua de la  
pasta  
Un puñado de queso  
parmesano rallado  
Sal  
Un puñado de piñones  
(opcional)  
Pasta

## INSTRUCCIONES

1. Cocina la pasta de tu elección. (100 g de pasta seca por persona)
2. Excepto la sal, agrega todos los ingredientes a un tazón grande (comienza con 5 cucharadas de agua de la pasta) y mezcla con una batidora de mano.
3. Si es necesario, agrega más agua de la pasta para obtener la consistencia deseada. Prueba la mezcla primero antes de agregar sal a tu gusto.
4. Una vez que estés satisfecho, mezcla la salsa de aguacate con la pasta. Agrega más queso parmesano rallado y sirve.

# Pasta con calabacín

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



2 porciones



20 minutos

## INGREDIENTES

1 calabacín grande

Sal

2-3 dientes de ajo picados

Queso parmesano rallado

Aceite de oliva virgen extra

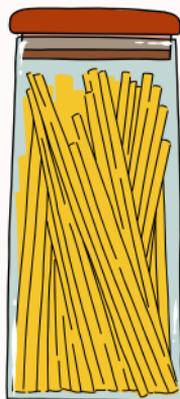
Reinos de Taifas

## INSTRUCCIONES

1. Corta el calabacín en rodajas. Echa un poco de sal y déjalas reposar durante 5 minutos para quitar el amargor. Después de 5 minutos, lava.
2. Saltea las rodajas de calabacín en una sartén hasta que estén suaves y doradas, y retíralas de la sartén.
3. Cocina la pasta de tu elección. (100 g de pasta seca por persona)
4. Calienta la sartén con aceite de oliva y saltea el ajo picado. Agrega 1/2-1 cucharadita de sal. Una vez que el ajo esté ligeramente dorado, añade los calabacines y la pasta. Puedes agregar unas cucharadas de agua de la pasta si está demasiado seca. Saltea la pasta durante unos 4-5 minutos y retira del fuego.
5. Echa más aceite de oliva y queso parmesano rallado a tu gusto y sirve.

# Pasta con ajo

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



 2 porciones  20 minutos

## INGREDIENTES

5 dientes de ajo picados  
Queso parmesano rallado  
Aceite de oliva virgen extra  
Reinos de Taifas  
Sal  
Copos de chile (opcional)

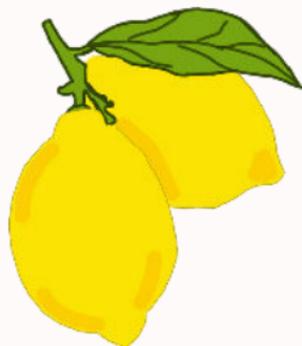
Agrega cualquier otro condimento o ingrediente adicional.

## INSTRUCCIONES

1. Cocina la pasta de tu elección. (100 g de pasta seca por persona)
2. Calienta el aceite en la sartén y agrega el ajo picado y 1 cucharadita de sal. Saltea hasta que estén dorados y retira del fuego.
3. Añade la pasta y mezcla bien.
4. Echa más aceite de oliva, queso parmesano, sal a tu gusto y copos de chile para darle un poco de picante.

# Bebida de aceite de oliva y limón

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



 2-3 porciones  10 minutos

## INGREDIENTES

3 tazas de agua  
1 limón entero  
2 cucharadas de aceite de  
oliva virgen extra Reinos  
de Taifas  
2 cucharadas de miel  
1 trozo pequeño de  
jengibre (opcional)

## INSTRUCCIONES

1. Corta el limón en cuatro trozos.
2. Agrega todos los ingredientes en la licuadora y mezcla bien durante unos minutos.
3. Usa un colador, vierte el jugo en vasos y sirve.

# Helado de Pistacho

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



2 pintas



20 minutos

+ tiempo de congelación

## INGREDIENTES

100g de pistachos tostados  
triturados  
480ml de leche entera  
240ml de crema para batir  
3 yemas de huevo grandes,  
batidas  
3/4 cucharadita de sal  
1/2 cucharadita de extracto de  
vainilla  
170g de azúcar  
50ml de aceite de oliva virgen  
extra Reinos de Taifas

## INSTRUCCIONES

1. Calienta la leche, la crema para batir, el azúcar y la sal en una cacerola a fuego bajo hasta que la mezcla se caliente pero no hierva.
2. Coloca las yemas de huevo batidas en un bol.
3. Vierte gradualmente la mezcla en el bol y bate constantemente.
4. Vuelve a verter toda la mezcla en la cacerola y cocina a fuego bajo, batiendo constantemente, hasta que la mezcla espese lo suficiente para cubrir el dorso de una cuchara.
5. Retira del fuego. Agrega el aceite de oliva y el extracto de vainilla y bate constantemente.
6. Incorpora los pistachos y enfría la mezcla a temperatura ambiente.
7. Coloca la mezcla en el congelador y remueve cada media hora hasta que comience a congelarse por completo.

# Churros caseros

con aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas



 alrededor 20  30 minutos  
churros

## INGREDIENTES

250 ml de agua hirviendo  
1 cucharada de aceite de oliva virgen extra Reinos de Taifas + más para freír  
1 cucharadita de levadura en polvo  
150 g de harina de trigo  
3/4 cucharadita de sal  
Azúcar (opcional)

## INSTRUCCIONES

1. Coloca harina de trigo, levadura en polvo y sal en un bol. Mezcla bien.
2. Agrega agua hirviendo y aceite de oliva y mezcla hasta que se forme una masa pegajosa y elástica. Transfiere la masa a una manga pastelera. **Si no tienes una manga pastelera**, forma bolas con la masa.
3. Calienta una sartén con suficiente aceite de oliva (suficiente para freír) a fuego medio.
4. Haz tiras de masa de aproximadamente 12-15 cm y córtalas con unas tijeras. Cocina hasta que estén doradas, volteando los churros ocasionalmente. Cuando estén listos, escúrrelos con papel absorbente.
5. Puedes rebozar los churros en azúcar con un toque de canela en polvo o disfrutarlos con tu salsa de chocolate favorita.