

TERNASCO

El Ternasco de Aragón es un cordero alimentado con leche materna y cereales naturales, cuyo peso en canal oscila entre 8 y 12,5 kg.

En la actualidad (datos con fecha octubre de 2019) están adscritas más de 353.000 ovejas de las razas autóctonas aragonesas como la Ojinegra de Teruel, Roya Bilbilitana, Rasa Aragonesa, Maellana y Anсотana, repartidas en 620 ganaderías de más de 320 municipios a lo largo de las tres provincias aragonesas. Por todo ello, podemos afirmar que, como beneficio adicional, el Ternasco de Aragón favorece la economía rural aragonesa, su cultura y medio de vida, manteniendo la población y preservando el medio natural.

Gracias a que todo el proceso de crianza está previamente definido, y a los frecuentes controles que se realizan durante todo ese tiempo, se garantizan unos estándares de calidad óptimos que se traducen en una carne de cordero tierna, sabrosa y saludable, adecuada para todo tipo de consumidores, desde los más pequeños a los de mayor edad.

SABER MÁS

El proceso de crianza de este tipo de cordero se realiza mediante un aprovechamiento tradicional del territorio aragonés, tanto en pastos de montaña y media montaña como en las zonas más áridas del valle del Ebro.

Este exigente proceso de crianza está regulado desde 1989 por el Consejo Regulador de la Indicación Geográfica Protegida Ternasco de Aragón, lo que supone la distinción de ser la primera carne fresca en España reconocida con una Denominación específica (actualmente IGP).

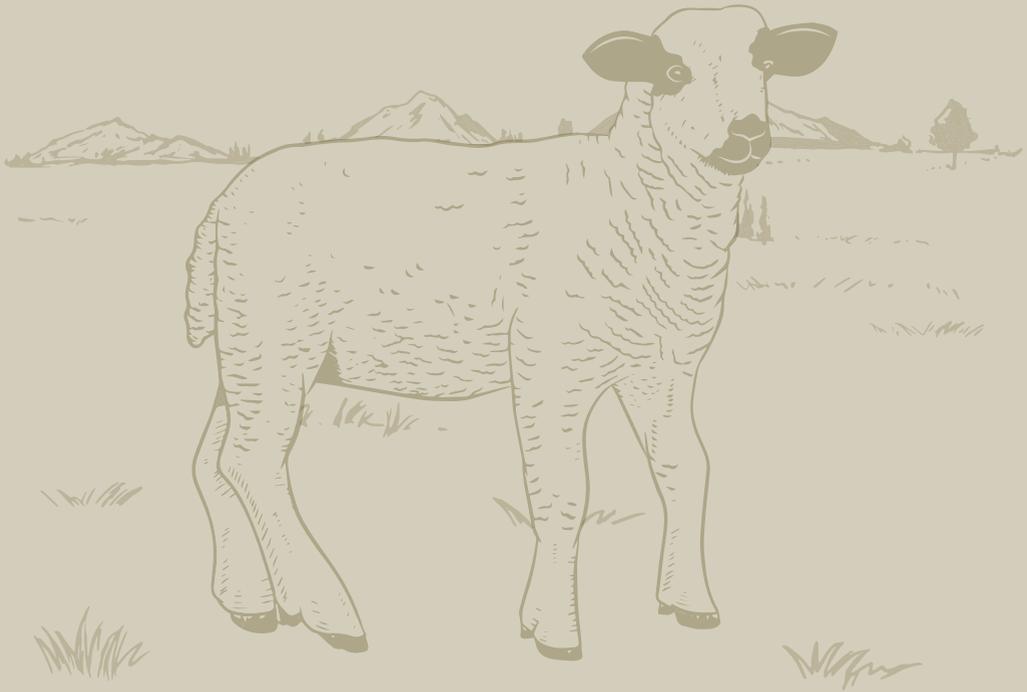
Por un lado tiene IGP y, además, está avalado por el Comité Aragonés de Producción Ecológica que garantiza que el animal se ha criado según procedimientos totalmente ecológicos. Esta norma se aplica a las hembras paridoras, por lo que también durante el periodo de lactancia de las crías se obtienen beneficios.



PROPIEDADES

Su sabor equilibrado, su versatilidad a la hora de prepararlo y sus propiedades cardiosaludables demostradas a partir de varios estudios científicos otorgan a su consumo muchos beneficios para la salud.

La carne de Ternasco de Aragón, muy especialmente la pierna y la paletilla, tiene un contenido de grasa mucho menor que otros corderos, la mitad para ser exactos, especialmente de grasa saturada (la más perjudicial para la salud).





Paletilla de Ternasco de Aragón ecológico con melaza de sobrasada, puré de calabaza y encurtidos



2/3
PERSONAS



2 HORAS



MEDIA

Ingredientes

- 1 paletilla de Ternasco de Aragón ecológico
- 1 cebolla
- 1 zanahoria
- 1 tomate
- 1 puerro
- 1/2 cabeza de ajo
- Laurel
- Oporto
- 1l. de caldo
- 200 gr. de sobrasada de buena calidad
- 1 diente de ajo
- 75 gr. de miel
- Para el puré de calabaza:**
 - 50 gr. de caldo
 - 1 tomate confitado
 - 200 gr. de zumo de calabaza
 - 2 chalotas picadas
 - 10 gr. de piñones tostados
 - 8 pepinillos
 - 4 guindillas
 - 8 alcaparrones
 - 12 alcaparras fritas con un poco de harina



Elaboración

1. Para la paletilla asada, pochar la cebolla, ajos, zanahoria, puerro, tomate y laurel. Cuando esté bien dorada, añadir el oporto y dejar caramelizar. Añadir el caldo, cocer 2 minutos y reservar.
2. Salpimentar la paletilla y dorar en horno a 200°C. Cubrir con la preparación anterior, tapar con papel aluminio y cocer en horno a 160°C durante una hora aproximadamente.
3. Cuando este cocida la paletilla, deshuesarla y hacer un cilindro con la ayuda de papel film. Guardar en el frío.
4. Con el jugo resultante de la cocción, hacer la salsa y reservar hasta el momento de servir.
5. **Para la melaza de sobrasada:** fundir la sobrasada con el ajo y pasar por un colador fino. En la grasa que se ha obtenido, añadir la miel y cocer 5 minutos. Reservar.
6. **Para el puré de calabaza:** cocer el zumo de calabaza y el caldo hasta reducir al 60%.
7. Por otra parte, pochar la chalota y añadir el tomate confitado, caramelizar y añadir el jugo anterior. Cocer hasta obtener la textura de un puré cremoso. Por último, añadir los piñones tostados.

Presentación

Cortar una rodaja gruesa del cilindro de ternasco y colocarlo sobre el puré cremoso con piñones. Pintar el ternasco con la melaza de sobrasada.



Carré de ternasco de Aragón ecológico a baja temperatura, crema de alcachofas, cristales de ajoaceite y polvo de hierbas



4 PERSONAS



2 HORAS



MEDIA

Ingredientes

- 1 carré de Ternasco de Aragón ecológico
- 150 ml. de nata de cocinar
- Bicarbonato
- 10 alcachofas ecológicas
- Aceite de oliva Virgen
- Perejil, tomillo, romero, ajo ecológico y sal al gusto
- Azúcar isomalt



Elaboración

1. Limpiar el carré de ternasco, envasar al vacío con el aceite de oliva, un diente de ajo y una ramita de tomillo. Cocer al vapor a una temperatura de 90°C durante 6 horas. Enfriar rápidamente para detener su cocción.
2. Trabajar las alcachofas, pelar y quitar las impurezas, lavar y cocer junto a la nata con sal 20 minutos, pasamos por el robot de cocina para obtener una crema fina. Su sabor recuerda mucho al de la trufa.
3. Deshojar el perejil y escaldar sus hojas con bicarbonato de sodio. Pasar por el robot de cocina junto al aceite y los dientes de ajo y reservar.
4. En un cazo poner el azúcar isomalt y dejar fundir. Cuando llegue a los 110°C quitar del fuego y dejar que baje la temperatura a los 80°C para poder trabajarla. Con la ayuda de un aro de 2 cm de diámetro y soplando cuidadosamente.
5. Hacer un par de bombillas de isomalt. A continuación poner una pequeña cantidad de ajoaceite en la bombilla mientras se da forma. Reservar para el emplatado.
6. Deshojar el tomillo y el romero y triturar, dejar deshidratar en el horno a 50°C y reservar.
7. Poner en el horno a 200°C y dejar asar el carré 6 minutos.

Presentación

En un plato plano hacer un camino con la crema de alcachofa, otro poco en un biberón y realizar varios puntos grandes con la crema a un lado del camino pintado, esparcir el polvo de hierbas encima del camino y justo en la mitad poner el carré de ternasco, a continuación las bombillas de isomalt con ajoaceite, con la precaución de que no toquen la crema para evitar que se deshagan.



Costillar de ternasco de Aragón con migas de pan emulsionadas



4 PERSONAS



2 HORAS



BAJA

Ingredientes

- 400 gr. de costillar de Ternasco de Aragón
- 1 diente de ajo
- 200 gr. de jamón dulce
- Miga de pan blanco
- Aceite de oliva
- Mantequilla
- Perejil picado
- 3 patatas a lo pobre
- 8 tomates cherry



Elaboración

1. En una fuente de horno colocar el costillar de ternasco con las costillas peladas, previamente salpimentado. Agregar aceite de oliva y asar en el horno previamente calentado a 250°C hasta que estén hechas. Reservar.
2. En una sartén poner la mantequilla con el aceite de oliva Virgen Extra, freír el ajo y añadir la miga de pan, remover constantemente hasta que emulsione la mantequilla, cuando esté en su punto añadir el perejil y el jamón dulce troceado y napar las costillas que teníamos reservadas.
3. Pelar, lavar y cortar las patatas en rodajas, con un grosor de medio centímetro aproximadamente, para que después al cocinarlas queden enteras pero sin quedar duras. Pelar los dientes de ajo y cortar en láminas gruesas, para que no se quemen. Añadir aceite de oliva, lo justo para freír bien los ingredientes, cuando pasen un par de minutos dejar a fuego suave y tapar la sartén, durante unos 10 minutos hasta que sea hagan bien por todos lados.

Presentación

Colocar la ración de costillas acompañadas de las patatas a lo pobre y unos tomatitos cherry salteados.



Ventresca de ternasco de Aragón, tartar, falso cuscús, dulce de yogur y aromáticos



4 PERSONAS



24 HORAS



ALTA

Ingredientes

Para la ventresca:

- 2 piezas de tajo bajo de T.A.
- Sal
- Aceite de oliva Virgen
- Hierbas aromáticas (tomillo, romero, laurel...)

Para el cuscús:

- Migas de pan rallado
- Frutos secos
- Moscatel
- Mantequilla
- Azúcar moreno

Para el tartar:

- Lomo o pierna de Ternasco de Aragón
- Cebolla
- Pepinillo
- Alcaparras de Ballobar
- Mostaza antigua
- Cebollino
- Salsa perrins
- Salsa siracha
- Yema de huevo
- Aceite de oliva Virgen
- Sal y pimienta
- Chips de alcachofa frita

Otros ingredientes:

- Yogur griego
- Jugo de ternasco hecho con los huesos y alguna verdura
- Aromáticos: menta, albahaca, rosas, canela...
- Sésamo garrapiñado
- Reducción de vino garnacha
- Azúcar, sal y aceite de oliva Virgen
- Puré de melocotón de Calanda

Elaboración

1. **Para la ventresca de T.A.:** Sazonar los dos bajos y untar con aceite de oliva y ajo. Meterlos en una bolsa de vacío junto con las hierbas, unos dientes de ajo y un chorro de aceite de oliva y cocinar en horno de vapor a 70°C aproximadamente 14-16 horas hasta que esté tierno. Una vez cocinado deshuesar y limpiar bien de grasa y telillas. Colocar una pieza sobre otra de manera que la parte de la piel quede en los exteriores y hacer un poco de presión con peso en la nevera.
2. **Para el falso cuscús:** Remojar las migas con un poco de vino moscatel. Cocinar las migas con un poco de mantequilla, azúcar moreno y los frutos secos (uvas pasas, nueces, avellanas, etc.) igual que unas migas tradicionales. El resultado es como un cuscús.
3. **Para el tartar:** Picar en daditos a cuchillo la carne de T.A. bien limpia de fibras. Aliñar con los ingredientes haciendo un tartar.

Presentación

Marcar en una plancha o sartén antiadherente la ventresca de T.A. recortada de manera que quede bonita, por los lados de la piel. Disponer la ventresca en el plato acompañada por una quenelle del tartar con unos chips de alcachofas. Añadir el cuscús, unos toques de yogur, de reducción de garnacha, de siracha, de puré de melocotón de Calanda, las flores y aromáticos y un toque de canela en polvo.

Terminar con la salsa del ternasco, un poco de sal Maldón y sésamo garrapiñado encima de la ventresca.



Tataki de ternasco de Aragón I.Gr.DEP. con caviar de garnacha y verduras aciduladas



4 PERSONAS



8 HORAS



ALTA

Ingredientes

Para el entrecoste de T.A.:

- 2 costillares de Ternasco de Aragón I.Gr. DEP.
- 1 kg. de sal
- 100 gr. de curry
- 40 gr. de pimienta
- 40 gr. de orégano

Para las setas y apio nabo escabechado:

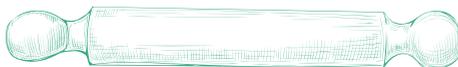
- 100 ml. de aceite
- 35 ml. de vinagre de Jerez
- 100 gr. de shitake
- 100 gr. de raíz de apio

Para el caviar de garnacha:

- 100 ml. de vino de garnacha
- 1 gr. de agar-agar
- Aceite de girasol

Para las verduras aciduladas:

- 1 zanahoria morada
- 1 zanahoria naranja
- 1 mini nabo
- 30 ml. de vinagre
- 20 ml. de agua



Elaboración

1. Limpiar el costillar dejando solo el lomo del ternasco, por otro lado, mezclar la sal con las especias y tapar el cordero durante 2 horas; sacar, lavar y marcar a la plancha tipo tataki. Reservar.
2. Picar la seta en juliana muy fina, hervir el apio y cortar en dados muy finos. Con el aceite y vinagre hacer un escabeche y meter la seta y el apio al vacío 30 minutos a 65°C. Reservar.
3. Poner el aceite de girasol a enfriar. Por otro lado, mezclar el agar-agar con el vino y llevar a ebullición sin parar de remover. Una vez rompa a hervir pasar la mezcla a un biberón. Ir dejando caer gota a gota esta mezcla en el aceite que previamente se ha enfriado y ver cómo al caer hará una bolita perfecta de vino gelificada. Conservar en ese mismo aceite.
4. Pelar las verduras, escaldar en agua 2 minutos y enfriar en agua con hielo. Mezclar el vinagre con el agua y envasar las verduritas con el líquido resultante. Dejar envasadas 6 horas y sacar del envase. Reservar para comer.

Presentación

Cortar el tataki de ternasco en lonchas finas y servir cuatro por comensal. Colocar sobre el tataki y decorar el resto del plato con las verduras, el caviar de garnacha y el escabeche de setas y apio.