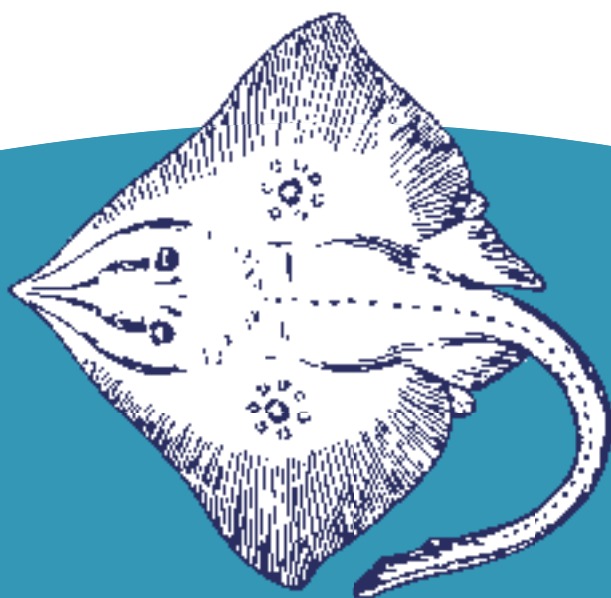


ENTRE MARES
Y FOGONES

Felipe y Bárbara Luzón

RAYA

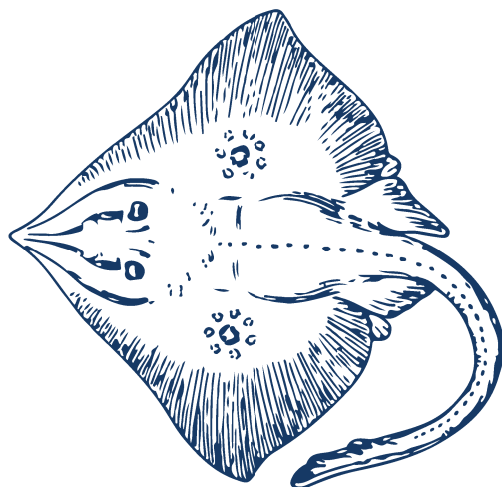


MINISTERIO
DE AGRICULTURA, PESCA
Y ALIMENTACIÓN



Felipe y Bárbara Luzón

RAYA



MINISTERIO
DE AGRICULTURA, PESCA
Y ALIMENTACIÓN

MADRID 2022

ENTRE MARES Y FOGONES: RAYA

EDITA

© Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación
Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones

AUTORES

Felipe Luzón Nogué
Bárbara Luzón Fernández

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Marta Díaz

IMPRESIÓN Y ENCUADERNACIÓN

Editorial Cuarto Centenario

NIPO: 003220813
DL: M-13278-2022
ISBN: 978-84-491-1607-0

DISTRIBUCIÓN Y VENTA

Paseo de la Infanta Isabel,1
28014 Madrid
Teléfono: 91 347 55 41

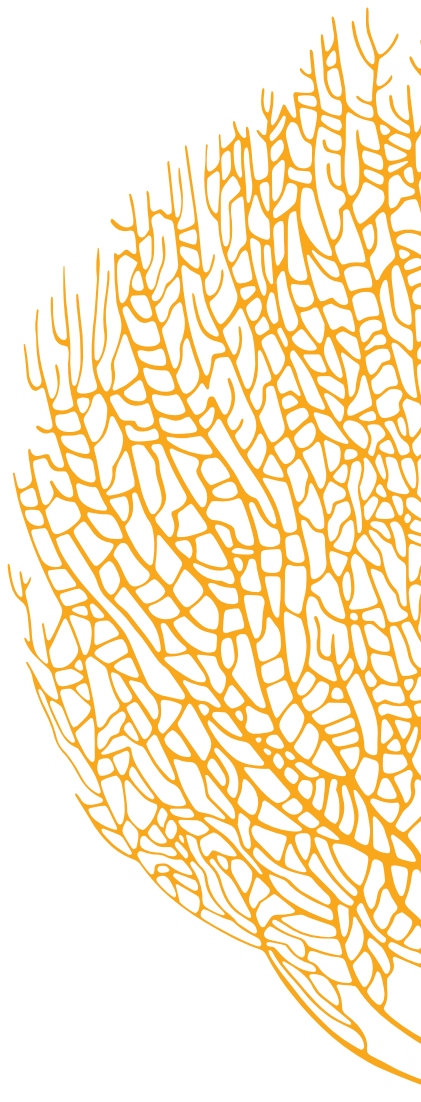
Tienda virtual: www.mapa.gob.es
<https://servicio.mapama.gob.es/tienda/>
e-mail: centropublicaciones@mapa.es

Catálogo de Publicaciones de la
Administración General del Estado:
<https://cpage.mpr.gob.es/>

En esta publicación se ha utilizado papel
libre de cloro de acuerdo con los criterios
medioambientales de la contratación pública.

Aviso Legal: los contenidos de esta publicación
podrán ser reutilizados, citando la fuente y la fecha,
en su caso, de la última actualización.

Las opiniones expresadas en esta obra corresponden
exclusivamente a sus autores y no reflejan
necesariamente los puntos de vista del Ministerio de
Agricultura, Pesca y Alimentación.



A las amas de casa



Índice de Recetas

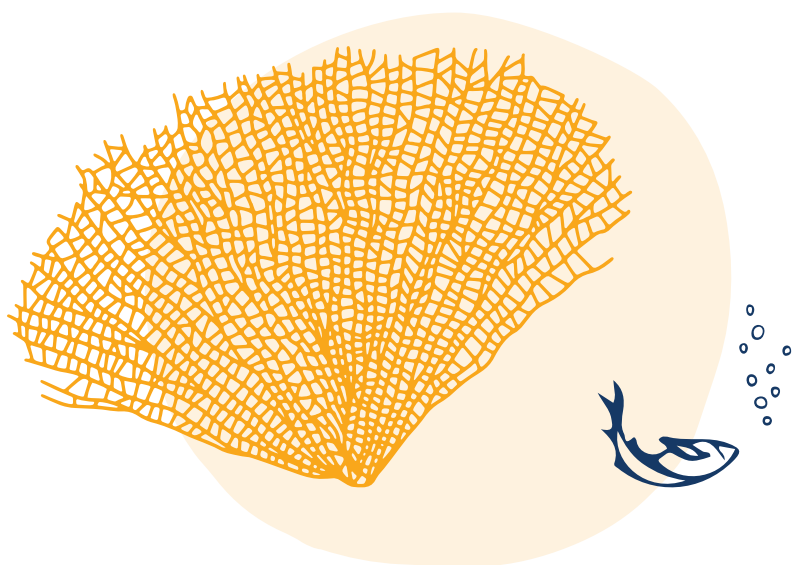


Introducción	13
Arroz con raya	21
Arroz con raya, cangrejos y ajos tiernos	22
Buñuelos de raya	23
Burrida de raya	24
Burrida sarda de raya	25
Caldeirada de raya y rape	26
Caldereta de raya	26
Canelones de raya y gambas	27
Cazuela de raya	28
Cebiche de raya	29
Cestas de raya ahumada	29
Combinado Club de Pesca	30
Conchas de pescado y marisco	30
Croquetas de raya	31
Dados de gelatina con raya y gambas	32
Empanada de raya	33
Ensalada de raya con manzanas	34
Ensalada de raya y espinacas	34
Fetuchinis con brécol al caldo de raya	35
Fideua de raya	36
Huevos rellenos con raya ahumada	36

Paella alicantina de raya	37
Paella de raya	38
Pan de hígado de raya	38
Pastel de raya	39
Paté de raya	40
Pimientos rellenos de espinacas y raya	41
Puding de raya	42
Raya a la algarveña	42
Raya a la asturiana	43
Raya a la cantonesa	43
Raya a la cerveza	44
Raya a la crema	44
Raya a la crema de ajetes	45
Raya a la crema isleña	45
Raya a la gallega	46
Raya a la griega	46
Raya a la manteca de cerdo	47
Raya a la mantequilla	48
Raya a la mantequilla de ajo	48
Raya a la marinera	49
Raya a la naranja amarga	50
Raya a la plancha	51
Raya a la sidra	51
Raya a la vinagreta de azafrán	52
Raya a la vinagreta de frambuesa	52
Raya a las alcaparras	53
Raya a las hierbas	53
Raya a los quesos	54
Raya al ajo arriero	54
Raya al estilo balear	55
Raya al estilo canario	56

Raya al falso ali oli	56
Raya al pan frito	57
Raya al pimentón	58
Raya al pimentón con naranja	59
Raya al queso	60
Raya al uso de Cudillero	60
Raya al vino blanco	61
Raya al vino tinto	62
Raya asada con caponata	63
Raya asada con col y salsa de soja	64
Raya asada en lata de galletas	64
Raya canaleta	65
Raya con ajada	66
Raya con avellanas	66
Raya con bechamel	67
Raya con boletos	67
Raya con cebollas	68
Raya con champiñones	68
Raya con crema de champiñones	69
Raya con fideos y vinagreta	69
Raya con grosellas	70
Raya con guisantes a la crema	71
Raya con huevo frito y patatas	71
Raya con mantequilla	72
Raya con mantequilla negra	72
Raya con nueces	73
Raya con patatas	74
Raya con patatas a la isleña	75
Raya con patatas en amarillo	75
Raya con puré de acederas	76
Raya con salsa de aceitunas	76

Raya con salsa de alcaparras	77
Raya con salsa de hígado	78
Raya con salsa de naranja	78
Raya con setas y guisantes	79
Raya con setas y habas baby	79
Raya con tomate	80
Raya en ajada	80
Raya en crema de berros	81
Raya en escabeche	81
Raya en escabeche de cominos	82
Raya en salsa de cebolla	82
Raya en salsa de frambuesa	83
Raya en salsa de mantequilla	83
Raya en salsa isleña	84
Raya en salsa picante	84
Raya en salsa verde	85
Raya frita con ajos y guindilla	86
Raya frita con pimientos verdes	86
Raya gratinada	87
Raya gratinada en salsa de cebolla	88
Raya macerada en leche	88
Raya rellena de calamar	89
Raya rellena de choco	90
Raya sobre crema de garbanzos	90
Raya tostada	91
Sopa colorá de raya	92
Souquet de raya	92
Tallarines con mariscos y raya	93
Tortilla de raya	94



Nota previa: En la lectura de este libro encontraremos, palabras, modismos, formas de escribir y acentuar palabras, que pueden sorprender al lector. Esto se debe a que se trata de un resumen de recetas de cocina basado en la recopilación popular y en la transmisión oral, usándose, por tanto, el vocabulario coloquial de una región andaluza.

Introducción



Querido lector, otra vez estamos metidos en un nuevo libro de cocina, no se si conoces los anteriores, “*El Mejillón en su fogón*”, “*La Cocina del Atún*” y “*La Cocina de los Peces Baratos*”; estoy satisfecho de ellos y si sirven para que las amas de casa hagan más agradable la comida del Domingo, que se reúna la familia en la mesa a comer platos deliciosos, sin gran costo económico y sin tener que importar pescados caros de caladeros que en otros tiempos nos pertenecían, me daré por satisfecho.

13
...

Este libro surge por una tontería, yo vivo en Isla Cristina la mayor parte del año, en invierno voy a Sevilla y a Sabadell y he encontrado dos fenómenos que me llaman la atención:

Uno, que si quitas a las señoras de sota, caballo y rey, no tienen ni idea de que son los pescados que se les muestran. Por ejemplo la pinta roja, ¡con lo rica que está!

- ¿Oiga señor, que pescado es ese?

- Pinta roja.

- ¿Y eso se come?

- Si señora se come y está riquísimo. A mí me gusta más que el cazón.

- ¿Y como se guisa?

- Señora, como usted quiera, este me le voy a comer la mitad en amarillo con patatas, y la otra mitad voy a cenármela al adobo. Con la espina haré un fumé, para la paella del domingo...

Otro, que no sabe guisar el pescado. Por ejemplo ayer, compre unas rayas chiquitas para frito, ¡buenísimas! Juan, mi pescadero, sabe que me gustan y me las tenía guardadas. Me dice una señora:

- ¿Caballero, eso son rayas?

- Si señora

- ¿Y tan chicas las puede hacer al pimentón, eso no hay quien lo pele?

- Señora ni me las voy a comer al pimentón, ni las voy a pelar. Son para frito

- ¡Para frito!

- Si señora, para frito

- ¿Y cómo se hacen?

- Pues se raspan hasta dejarlas casi sin piel, se lavan con agua y sal, se cortan en trocitos, se rebozan con huevo se pasan por pan rallado y se frien en aceite de oliva muy caliente. Tenga, le regalo una para que pruebe.

Cuando voy a Sabadell, me encuentro que tienen pescados riquísimos, a precios de saldo, porque no los quieren, por ejemplo un día en Sabadell ¡tenían unas anchovas para el horno!

- Niña por favor ¿me pones una anchova que no sea muy grande?

- ¿Qué son anchovas?

- Esos son anchovas, ¿cómo se llaman aquí?

- No lo se, este pescado no lo conozco

- Se llaman anchovas

- ¿Y como se guisa?

- Pues en adobo, al horno, a la espalda, como quieras ¿Tu eres pescadera?

Interviene una señora que estaba en la cola:

- ¿Es usted de Ayamonte?

- No, vivo en Isla. ¿Tengo caída al hablar?

- No, es que conoce la anchova y yo solo la he visto en Ayamonte

Claro, cuando estoy en Sabadell, lo primero es que para comprar harina de freír pescado hay que ir a la tienda del Groumett ese. Y encima, no la suelen tener de la Panadera que es la que me gusta a mí. Y eso que dicen que Cataluña esta llena de andaluces... y lo segundo, los amigos de mi hija quieren que les hagamos “pescaito frito”. Yo le digo a mi hija Bárbara, la que escribe este libro con un servidor:

- Vete a Sabadell, pon una "freiduría de pescaito", como si estuvieses en San Fernando, que con el bienmesabe, te forras

No quiere ganar dinero, dice que prefiere vivir en Sevilla y que el pescadero sepa lo que le pide cuando le dice:

-Juan, cuarto y mitad de pijotas

Así que, me embarco a escribir de nuevo un libro de cocina del Pescado de Costa, esta vez Raya, espero que te guste, que te sirva y sobre todo, sirva para que añadas a tu dieta, cosas como arañas, jureles blancos, soldaos, sollas, pez limón y otras especies riquísimas de peces de nuestra costa. Peces baratos de gran valor tanto gastronómico como culinario, recetas que se pueden preparar con cuatro pesetas (;qué antiguo soy!), que con los tiempos que corren todo lo que sea ayudar al ama de casa a llegar a fin de mes con menos apuros, lo doy por bien hecho.

Por eso, les dedico a las amas de casa este libro, esperando que les guste.

La Raya

15
...

La raya es un pez blanco, cartilágneo, de sabor agradable y muy nutritivo. No obstante, no es muy apreciado y salvo en las zonas de costa, su consumo es prácticamente nulo. Posiblemente, por tener un leve olor a amoníaco, que le desaparece totalmente en su condimentación. Si es muy fuerte, se macera un par de horas con agua y vinagre o se escalda en agua con un chorro de vinagre, un minuto.

Sus espinas son cartilaginosas y hay quien se las come. No lo recomiendo. Y su piel carece de escamas aunque es recia y en algunas especies rugosa y áspera al tacto. Se le quita de dos maneras:

- Raspando con un cuchillo hasta que prácticamente desaparece en su grosor.
- Escaldando brevemente la pieza en agua caliente y quitándosela simplemente.

Otra cualidad que tiene, es que soporta muy bien la congelación, sin perder ni la mas mínima de sus cualidades de textura y sabor. Las piezas congeladas vienen ya cortadas y preparadas, lo que facilita mucho su elaboración.

Se consumen principalmente las aletas y el hígado. Solo si son muy pequeñas, se consumen enteras, aunque no es usual. El resto de la pieza es muy poco frecuente encontrarlo en las pescaderías dado que suele venir limpio de la mar.

En nuestras costas son frecuentes las rayas blancas, las rayas de espejos y las rayas de clavos, aunque puede que en el mercado encontremos otras especies similares, de otra procedencia.

En el mercado se presenta:

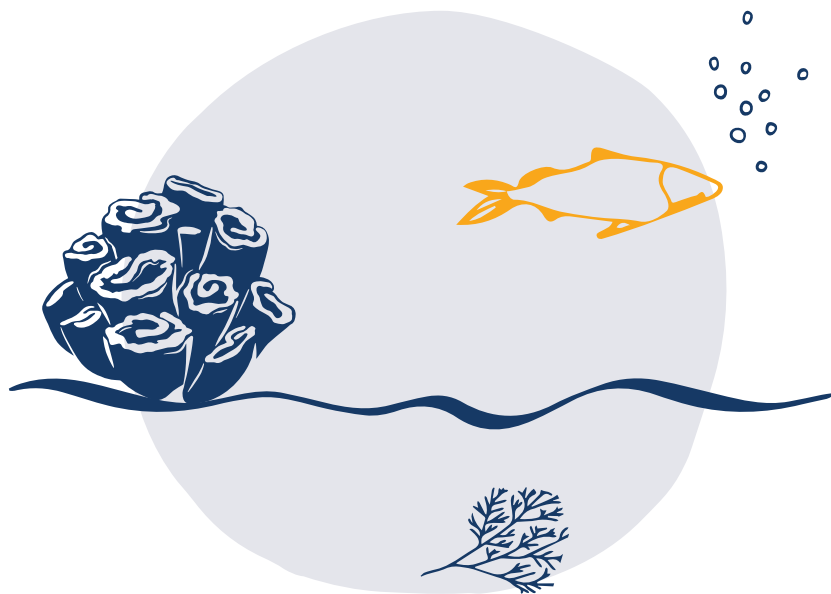
- Fresca
- Refrigerada
- Seca
- Ahumada
- Congelada
- Ultra congelada

Su cocina es básicamente:

- Cocida
- Frita
- Guisada
- Plancha
- Grill
- Estofada
- Asada

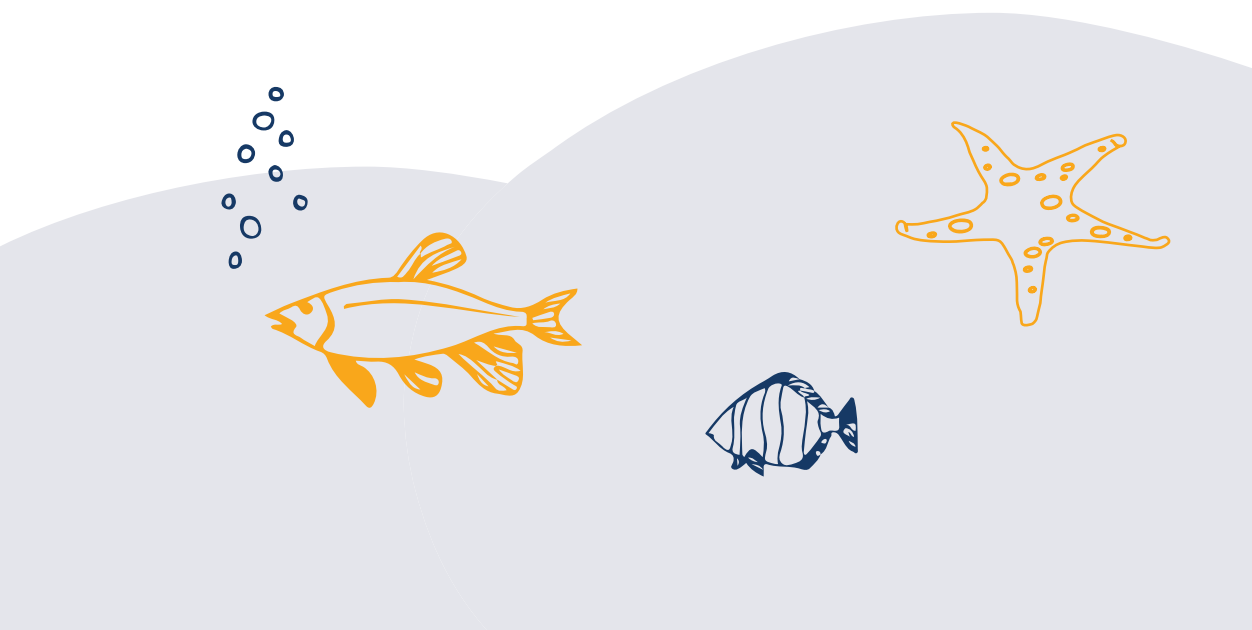
16
...

Y finalmente, quiero expresar que la mayoría de las recetas que presentamos a continuación están recogidas en Isla Cristina a señoras que simplemente nos las han dado, pero que prefieren permanecer en el anonimato. No obstante, sean anónimas o no, deseo dar las gracias a todas las personas que me han ayudado con sus recetas en la elaboración de este recetario.



Recetas





Arroz con Raya

INGREDIENTES: (4/6 personas)

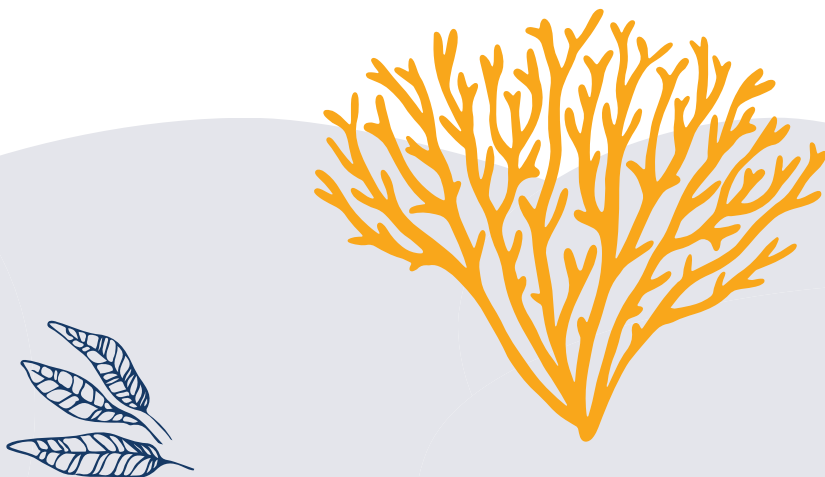
Dos alcachofas, ciento cincuenta gramos de coliflor, medio kilo de habas, doscientos gramos de guisantes, un tomate, un cuarto de kilo de arroz, un cuarto de kilo de almejas, medio kilo de raya (parte del lomo), un vasito de aceite, seis vasos de caldo de pescado.

PREPARACIÓN:

En una paella se pone el aceite, se echa la coliflor y se rehoga en aceite durante cinco minutos. Se agregan las alcachofas peladas y cortadas en cuatro gajos, las habas peladas, los guisantes y el tomate hecho puré, se rehogan.

Se añaden el arroz y el caldo de pescado. Cuando comience a hervir se añaden las almejas y las presas de raya. Se deja cocer un cuarto de hora y se sirve.

Receta de Jose A. Zaiño Goye Restaurante Rufino Isla Cristina (Huelva)



Arroz con Raya, Cangrejos y Ajos Tiernos

INGREDIENTES: (4 personas)

Cuatrocientos gramos de arroz, tres cuartos de kilo de raya, cuatrocientos gramos de cangrejo, un manojo de ajos tiernos, una ñora, dos dientes de ajo, cinco vasos de caldo de pescado, una cucharada de perejil, tres hebras de azafrán, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya con un cuchillo tipo puntilla hasta que la piel haya desaparecido en la practica; se escalda un par de minutos hasta que la carne se separe de las espinas, se corta en pesitas y se reservan.

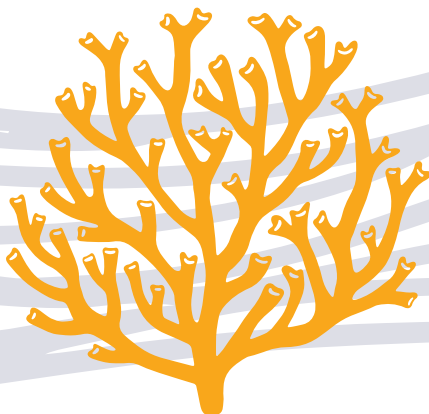
Se hidrata la ñora toda la noche, se saca la carne con la puntilla y se trocea, se maja en un almirez junto a los ajos y el perejil picado a cuchillo; se reserva el majado.

Se saltea en una paella con aceite el tomate picado sin piel ni pepitas, se añaden los ajos tiernos y el majado, se cocinan ocho minutos, se incorpora el arroz, se le dan unas vueltas y se adereza con azafrán, sal y pimienta.

Cuando dore se riega con el caldo de pescado se sube el fuego unos tres minutos y cuando rompa a hervir, se añaden las presitas de raya y los cangrejos enteros. Se continua el fuego vivo cinco minutos, se baja el fuego y se cocina a fuego medio diez o doce minutos más.

Se retira del fuego y se deja reposar al menos cinco minutos; se sirve

Receta recogida en Isla Cristina (Huelva) Los cangrejos ideales para este plato son los cangrejillos pequeños, bien el Atlántico o el Mediterráneo



Buñuelos de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Doscientos gramos de raya, harina de trigo, un chorrito de cerveza, media cebolla, perejil, un huevo, harina de trigo, harina de freír pescado, aceite de oliva, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se escalda la raya en agua hirviendo, se pela, se le quita el cartílago y se desmenuza.

Se vierten en un recipiente la cerveza y el aceite de oliva, se añade la harina que admita hasta obtener una masa floja, se añade la raya desmenuzada, la cebolla muy picada y el perejil muy picado, se salpimenta. Se deja reposar la masa un par de horas y se hacen unas bolitas que se pasan por harina de freír pescado y huevo.

Se colocan los buñuelos en una sartén con abundante aceite hirviendo, cuando floten y doren bien, están hechos. Se escurren y se sirven calientes.

Esta receta me la dio hace muchos años mi amigo Obiol de Isla Cristina, aunque se dice que están hechos cuando flotan, si pasa un tiempo prudencial y no flotan, se sacan también, que se te queman y ¡¡¡no hay quien se los coma!!!



Burrida de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de raya, un hígado de raya, tres cuartos de kilo de patatas, un pimiento rojo, un pimiento verde, una cebolla, tres dientes de ajo, una cucharada de perejil, un vaso de vino blanco, un trozo de pan, azafrán, cincuenta gramos de almendras, aceite, sal y pimienta.

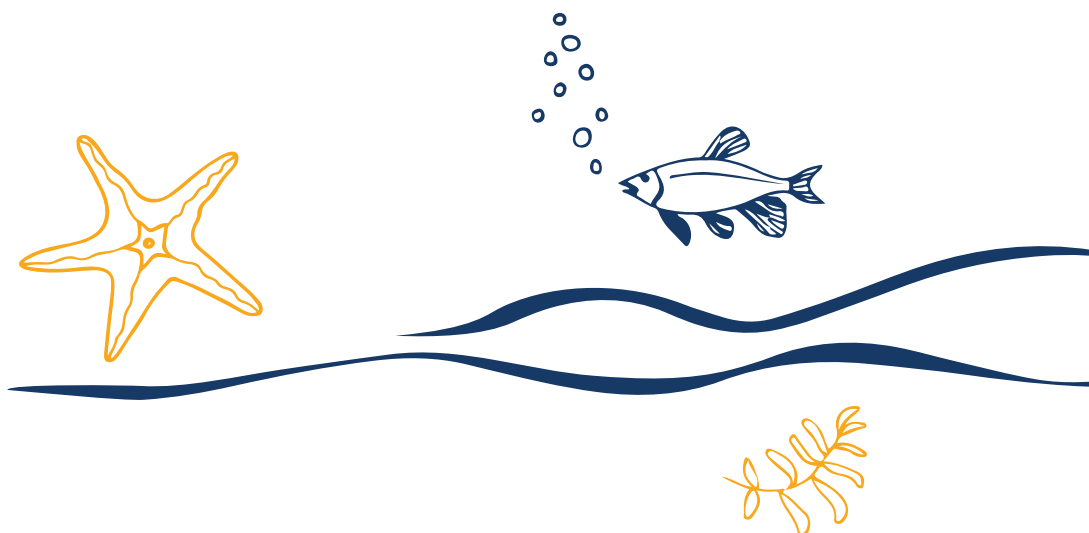
PREPARACIÓN:

Se rehoga la cebolla picada en aceite, cuando comience a pochar, se añaden el ajo y los pimientos picados en juliana fina, se cocinan diez minutos a fuego lento. Se añaden los tomates picados sin piel ni pepitas, el vino, medio vaso de agua, se salpimenta.

Se majan en un almirez el diente de ajo, las almendras, el perejil, el azafrán, el hígado hervido y el pan frito; se maja hasta obtener una pasta.

Se emplata una olla de barro con las patatas, se vierte el sofrito por encima, se le da un hervor, se añade la picada, se remueve y se cocina un cuarto de hora. Se colocan las presas de raya por encima y se cuecen ocho minutos. Se sirven.

Se trata de un plato balear recogido en Soller En Isla Cristina tienen un plato muy similar pero no es de extrañar dado que sus primeros pobladores eran catalanes



Burrida Sarda de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya, dos vasos de vinagre, un kilo de tomate, una cebolla, cuatro cucharadas de aceite, una cucharada de azúcar, albahaca, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpian las presas de raya, se raspan con un cuchillo tipo puntilla hasta que la piel quede casi transparente, se cuecen en un cazo con el vinagre y sal hasta que estén hechas a nuestro gusto, se sacan, se escurren y se emplatan en una fuente.

Se saltea la cebolla picada con aceite, cuando ablande se añade el tomate pelado y sin pepitas cortado en trozos. Se fríe a fuego lento picando el tomate con la espumadera.

Se pasa por el pasapurés, se cuece hasta que reduzca el agua, se salpimenta, se le añade una cucharada de azúcar, se espolvorea con la albahaca picada, se riega sobre la raya y se sirve.

La burrida de raya es un plato del Levante Español, casi diríamos que es un plato de origen balear. No debemos olvidar que Cerdeña formo parte del Reino de Aragón en su día. No obstante la receta la hemos recogido en Isla Cristina (Huelva)



Caldeirada de Raya y Rape

INGREDIENTES: (4 personas)

Cuatro trozos de raya, cuatro trozos de rape, dos patatas, un pimiento rojo, cuatro dientes de ajo, dos vasos de aceite, tres cucharadas de vinagre, una cucharadita de pimentón picante, una hoja de laurel, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya, se escalda en una cazuela con agua hirviendo y una cucharada de vinagre durante un minuto, se cambia el agua y se cuece cinco minutos con una hoja de laurel, se deja reposar tres minutos más en la cazuela con el agua.

Se lleva el aceite a una cazuela de barro, se añaden los ajos chafados y se cocinan hasta que doren, se retira el cazo del fuego, se dejan templar, se añaden el pimentón y dos cucharadas de vinagre.

Se añaden unas cucharadas de caldo de pescado, el pimiento troceado, las patatas cortadas en rodajas y cuando estén hechas las patatas, se añaden la raya, el rape, se lleva al fuego tres minutos. Se retira del fuego y se sirve.

Se trata de un rancho gallego muy popular



Caldereta de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de trozos de raya, medio kilo de patatas, una hoja de laurel, una cucharada de pimentón, una cebolla, seis dientes de ajo, tres cucharadas de vinagre, seis cucharadas de aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se saltean en una sartén con seis cucharadas de aceite los ajos chafados y la hoja de laurel. Cuando doren se retira del fuego, se riega con tres cucharadas de vinagre, una cucharadita de pimentón, sal y pimienta; se trabaja una salsa y se reserva.

Se raspan los filetes de raya hasta que prácticamente no les quede piel, se escaldan un minuto en agua con vinagre, se sacan y se reservan.

Se cuecen en agua de mar las patatas y la cebolla cortada en cascós. Pasados veinte minutos, se añaden los trozos de raya, se cuecen un par de minutos, se retira del fuego y se deja enfriar en su agua.

Se quita el agua de la cazuela, se deja un dedito en el fondo, se añade la salsa, se le da un hervor suave de dos minutos y se sirve.

Receta recogida en FAMAR 2008, nos dicen que se trata de un rancho de abordo típico de Galicia

Canelones de Raya y Gamba

INGREDIENTES: (4 personas)

Doce canelones, ciento cincuenta gramos de raya, cien gramos de gambas, dos huevos duros, medio vaso de vino blanco, salsa de tomate, cincuenta gramos de mantequilla, medio litro de leche, cincuenta gramos de harina, sal y pimienta.

27
...

PREPARACIÓN:

Se escalda en agua hirviendo la raya, se le quitan la piel y el cartílago; se trocea y se reserva.

Se hierven los canelones en abundante agua, sal y un poco de aceite. Una vez cocidos se lavan con agua fría, y se ponen a escurrir.

Se hierven la raya y las gambas, en una cazuela con poco agua, se añaden la hoja de laurel, un chorro de aceite, el vino blanco y se salpimenta. Se deja hervir como unos cinco minutos, se sacan las gambas y el pescado, se pican las gambas y se sacan las hebras de raya.

En un cazo con mantequilla, harina y un cuarto de litro de leche, se trabaja una bechamel, se añaden la raya y las gambas, se rellenan con ella los canelones.

Con el resto de la mantequilla, la leche, la harina y un poco de caldo de hervir el pescado se prepara una bechamel ligera.

En una fuente se colocan los canelones, se vierten sobre ellos la salsa de tomate y la bechamel, se espolvorean con queso rallado y se gratinan al horno hasta que estén hechos.

Esta receta procede del Recetario de la Tía Mari que vivió parte de su vida en faros del Levante Español y ¡¡¡fue una cocinera genial!!!

Cazuela de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Doce presas de raya, medio vaso de almendras, una hoja de laurel, medio vaso de vino, medio vaso de avellanas, un limón, dos dientes de ajo, dos huevos, medio vaso de aceite, un tomate, media cucharada de pimentón picantón, una cucharada de perejil picado, una rebanada de pan frito, una cucharada de culantro picado, un vaso de agua, sal y pimienta.

PREPARACIÓN: Sic

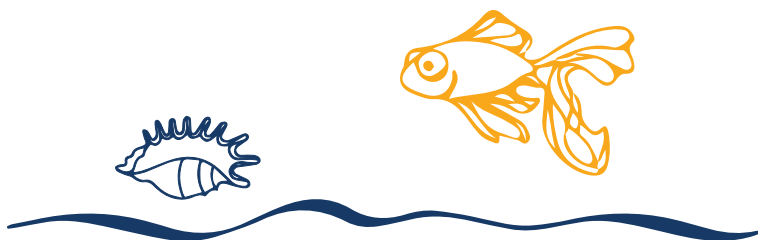
“Se raspan las presas de raya, hasta que no se les vea la piel (no les quite la piel, ráspelas) las escabecha un par de horas con la hoja de laurel, el zumo del limón, las raspaduras del limón, el vaso de vino y una chispita de sal.

En una olla con agua hirviendo, las escalda un minuto, las escurre un pelin y las pasa a una cazuela de barro.

Con un lebrillo de madera machaca usted los ajos, la rebanda (el pan frito), el pimentón, las almendras y las avellanas, el perejil, el culantro, el tomate y les añade las yemas de los huevos y después las claras batidas a punto de nieve. Le echa el caldo del escabeche y todo ello se lo pone por encima a la raya. Lleva al horno la cazuela de barro con todo y lo deja un cuarto de hora, y lo pone a la mesa.”

¡Merece la pena comerlo, queda deliciosa! Hay una variante y es ligar un solo huevo y el otro esparcirlo batido, sobre el todo uno antes de llevarlo al horno.

Esta receta es de una Señora de la Redondela (Huelva), que me solicito al anonimato. Según me explico es una receta muy antigua de origen catalán, de la época de la Colonización. Desde aquí le doy las gracias



Cebiche de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de presas de raya, una rama de apio, cuatro limones, dos cebollas, una guindilla picante, un aguacate, perejil, un chorrito de vinagre, un vaso de vino blanco, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se escaldan las presas de raya en agua con un chorrito de vinagre un minuto, se les quitan la piel y las espinas, se trocean en dados y en una fuente honda se maceran con el zumo del limón y el vaso de vino blanco; pasadas dos horas, se añaden la cebolla picada fina, y unas hojas de apio picado fino. En un almirez se majan el perejil y la guindilla, se añaden. Se deja macerar como otra hora.

En otra fuente se emplata el aguacate pelado y cortado en láminas muy finas, se riegan con zumo de limón, se coloca el pescado sobre ellas y se riegan con el liquido de macerar, se lleva al frigorífico y cuando este frío, se puede servir.

Esta receta la comimos en Lima (Perú). Nos llamo la atención que el consumo de raya era muy alto, tenían mucha raya desecada y en salazón así como congrio en salazón. Según nos dijeron ambos pescados ¡¡¡eran importadas de Galicia!!!

29
...

Cestas de Raya Ahumada

INGREDIENTES: (4 personas)

Dieciséis rebanadas de pan de molde, doscientos gramos de raya ahumada, mayonesa, aceite, una cucharada de mantequilla.

PREPARACIÓN:

Se cortan las rebanadas de pan de molde con un corta pastas de unos ocho centímetros, se untan de aceite por ambas caras y se ponen en un molde de hacer tarteletas, o magdalenas. Se rellenan con garbanzos apretando para que tomen la forma y se llevan a horno medio, para que tueste el pan, y se quede con la forma.

Se mezcla la raya ahumada picada, con mayonesa, y se rellenan las cestas. Se sirven a temperatura ambiente.

Esta receta si la preparas con raya ahumada o esturión ahumado de Río Frío queda magnifica, igual pasa con los huevos rellenos. El inconveniente es encontrar raya ahumada, el esturión ahumado de Río Frío es más fácil, llamas por teléfono y te lo mandan por SEUR

Combinado Club de Pesca

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya para frito, ocho huevos fritos, cuatro patatas, un tomate grande, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se pelan las patatas, se cortan en tiras y se fríen en aceite. Se reservan.

Se raspan las presas de raya, se lavan y se fríen en sartén a parte.

Se colocan las patatas en el plato sobre rodajas muy finas de tomate crudo, formando corona. Se colocan dos presas de raya frita en su interior, se fríen los huevos, se colocan sobre la raya y se sirven.

También se pueden servir, con las patatas a banda y las presas de pescado frito y los huevos al lado.

Receta de Gumersindo Estevez del Club de Pesca Nuestra Señora del Rosario de Isla Cristina (Huelva)

30
...

Conchas de Pescado y Marisco

INGREDIENTES: (4 personas)

Un cuarto de kilo de raya, un cuarto de kilo de colas de gambas, medio kilo de mejillones, dos cebollas, cien gramos de aceitunas (mitad negras, mitad verdes), cincuenta gramos de mantequilla, cincuenta gramos de harina, un vaso de vino blanco, una hoja de laurel, cuatro clavos de especias, medio litro de leche, cincuenta gramos de queso rallado, nuez moscada, puré de patata, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpian los mejillones, y se abren al vapor con el vaso de vino blanco, y la hoja de laurel. Se les quitan las cáscaras y se reservan. Se cuele el caldo y se reserva.

Se añaden al caldo de los mejillones un vaso de agua, una cebolla partida por la mitad con los clavos de especias pinchados, laurel, sal y pimienta.

Cuando arranque a hervir, se añaden las gambas y la raya, se deja cocer cinco minutos, se cuele el caldo y se le añade la leche. Se pelan las gambas y al rape se le eliminan la piel y el cartílago.

En una sartén con mantequilla se saltea la otra cebolla, para que dore un poco. Se pican la raya y las gambas en trocitos muy pequeños y se añaden a la sartén, se les dan unas vueltas, se añaden la harina y las aceitunas picadas. Se riega con la leche ligada con el caldo, se rectifica de sal y pimienta y se remueve hasta que la mezcla este cocida.

Se reparte la mezcla en ocho conchas de vieiras, se espolvorea con pan rallado, se le añade una corona de puré de patatas, se gratina en el horno y se adorna con perejil y aceitunas.

Croquetas de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Dos presas de raya, dos nueces de mantequilla, tres cucharadas de harina, tres cuartos de litro de leche, un casquito de cebolla, una cucharada de perejil, un chorrito de vinagre, sal y pimienta.

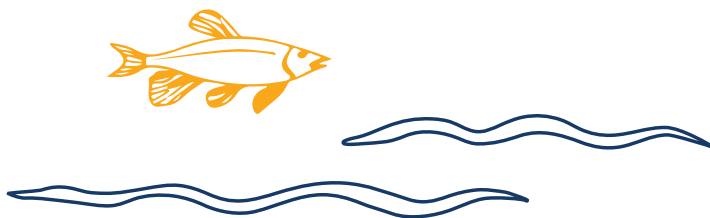
PREPARACIÓN:

Se escalda la raya en agua hirviendo con un chorro de vinagre un minuto. Se cambia el agua y se cuece entre seis y ocho minutos dependiendo del grosor. Se le quitan la piel y las espinas, se sacan las láminas se pican someramente a cuchillo y se reservan.

Se lleva a una sartén la mantequilla, cuando funda se le espolvorea la harina, se remueve y cuando comienza a dorar se le añade la leche tibia, se remueve, se le añaden la cebolla picada, las láminas de raya, se salpimenta y se continua removiendo hasta que espese a una pasta.

Se lían las croquetas, se fríen en aceite y se sirven con ensalada de lechuga.

Verdaderamente en casa se hacían las croquetas de raya cuando sobraban dos o tres presas y era una forma de aprovecharlas



Dados de Gelatina con Raya y Gambas

INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de raya, medio kilo de gambas, una zanahoria, una cebolla, una ramita de menta (el poleo sirve), perejil, estragón, cebollinos, dos sobres de gelatina Royal, mayonesa, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpia la raya raspándola con un cuchillo hasta que la piel quede transparente, se corta en filetitos y se cuece en un litro de agua con las gambas, la ramita de menta, la zanahoria picada y la cebolla cortada en gajos.

Cuando el pescado y las gambas estén cocidos se retiran y se continua la cocción hasta que reduzca a algo más de medio litro, se cuela el caldo y se prepara la gelatina siguiendo las instrucciones del fabricante.

En un molde de cristal, se vierte un dedo de gelatina y se deja espesar, se colocan las gambas peladas y las presitas de raya sin el cartílago central, alternado con capas muy finas de cebollino, perejil y estragón picados y vertiendo poco a poco sobre ellos la gelatina que se deja espesar antes de poner la capa siguiente (hay quien vierte la gelatina al final, con arte no deja burbujas de aire). Se termina con una ultima capa de gelatina. Se deja cuajar y se lleva a la nevera unas cuatro horas. Se sirve acompañado de salsa mayonesa o salsa ligera.



Empanada de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Un paquete de masa de hojaldre, medio kilo de filetes de raya, cuatro vieiras, un tazón de tomate frito, una cebolla, un pimiento, una hoja de laurel, un casco de limón, un clavo de olor, cuatro cucharadas de aceite, una pizca de azúcar, una cucharada de mantequilla, un chorro de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

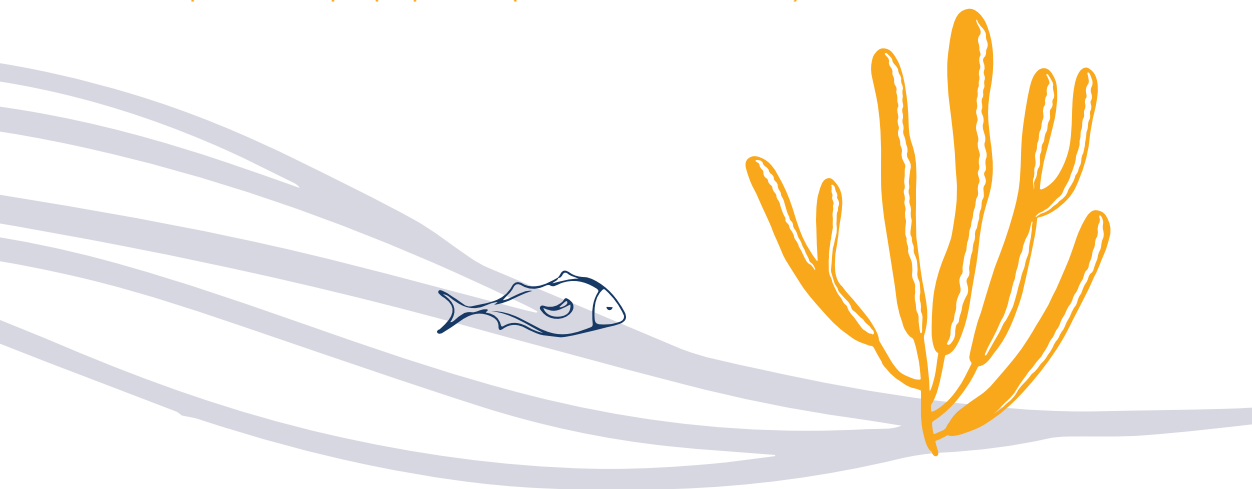
Se escaldan los filetes de raya en agua hirviendo con un chorrito de vinagre seis minutos. Se sacan, se quitan la piel y las espinas, se separan las láminas y se reservan.

Se abren las vieiras en agua caliente, se limpian y se separan la carne y el coral.

Se llevan a una sartén con cuatro cucharadas de aceite, la cebolla picada y el pimiento picado, cuando comiencen a rehogar, se añaden el tomate frito, una pizca de azúcar y se salpimenta. Se le vierte la carne de vieira picada, se remueve con una cuchara de palo, y se deja hervir cinco minutos.

Se extiende con un rodillo la masa de hojaldre. Se forra un molde de empanada untado de mantequilla, se le vierte el refrito se colocan las láminas de raya, la carne de vieira y su coral por encima, se tapa con otra lámina de hojaldre, se pincha varias veces para que ore y se lleva a un horno media hora hasta que dore la masa y se haga la empanada. Se deja reposar que enfríe y se sirve.

Me han hablado de que se puede preparar con raya ahumada, solo hay que sacar las láminas y el resto es igual. No tengo la receta exacta y tampoco la puedo hacer porque por más que busco no encuentro raya ahumada



Ensalada de Raya con Manzanas

INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de presas de raya, doscientos gramos de canónigos, una cebolla, dos limones, tres manzanas Golden, un cogollo de lechuga, un chorrito de vino de Jerez, un limón, tres cucharadas de aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan las presas de raya hasta dejar la piel como el papel de fumar, se lavan, se cuecen al vapor veinte minutos.

Se traba una vinagreta con tres cucharadas de aceite, una cucharada de zumo de limón, dos cucharadas de vino, dos cucharadas de cebolla muy picada, sal y pimienta.

Se pelan las manzanas se cortan en cascos, se elimina el corazón, se cortan en carpacho y se riegan con zumo de limón.

Se monta la lechuga cortada en juliana, se cubre o se intercala con la manzana, se colocan las presas de raya encima, se riega con la vinagreta y se decora con alcaparras, huevo duro, unas gambas peladas o lo que tengas a mano por casa.

Receta de origen asturiano recogida en la Caseta de La Casa de Asturias en la Feria de Sevilla

Ensalada de Raya y Espinacas

INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de raya, una ramita de romero, una hoja de laurel, media cucharada de granos de pimienta, medio kilo de espinacas, una cucharada de aceite, una cebolla pequeña, dos dientes de ajo, media cucharadita de piri-piri, cincuenta gramos de piñones, cincuenta gramos de pasas sin hueso, una cucharada de azúcar y dos cucharadas de culantro picado.

PREPARACIÓN:

Se raspan los filetes de raya hasta que la piel quede como un papel de fumar, se lavan, se llevan a una cazuela con agua, la ramita de romero, la hoja de laurel, los granos de pimienta levemente majados y unos cascos de limón. Se cuece cinco minutos, se retira del fuego, se deja enfriar en el agua un cuarto de hora, se saca y se desmiga.

En una olla se cuecen las espinacas al vapor, se pican a cuchillo y se reservan.

En una sartén con aceite se saltea la cebolla, se añaden el ajo, el piri-piri, los piñones, las pasas y el azúcar, se rehogan dos minutos, se añaden las espinacas, se saltean un minuto, se incorpora la raya, se mezcla, se cocina un par de minutos, se sazona, se espolvorea con perejil picado y se sirve.

Esta receta la recogimos en Lagos en el Mercado de Abastos Antiguo junto al puerto, su denominación era Raya a la Española

Fetuchinis con Brécol al Caldo de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, dos dientes de ajo, una anchoa, una cucharada de perejil, cuatro cucharadas de aceite, dos cucharadas de tomate frito, una hoja de laurel, un cuarto de kilo de brécol, un cuarto de kilo de fetuchinis, sal y pimienta.

35
...

PREPARACIÓN:

Se llevan los trozos de raya a una cazuela con agua, un diente de ajo y la hoja de laurel, se hierven dos horas hasta sacar toda la sustancia en el caldo. Se saca, se cuela y se reserva.

Se maja la anchoa con el perejil picado a cuchillo. Se saltean en una cazuela amplia con el aceite los dos dientes de ajo picados, cuando doren se añaden el majado, el tomate frito y las flores de brécol; se cocinan a fuego bajo. Cuando el brécol este hecho, se añade el caldo de la raya, se sube el fuego y cuando rompa a hervir se añade la pasta, se cuece el tiempo que marque el fabricante en el paquete, se escurre y se sirve.

Una variante es servirla con parte del caldo como salsa o reducirlo por cochura a salsa



Fideuá de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Medio kilo de trozos de raya, un cuarto de kilo de gambas peladas, medio kilo de fideos para fideua, dos dientes de ajo, tres tomates, una cucharadita de pimentón, tres hebras de azafrán, litro y medio de caldo de pescado, doce mejillones, medio vaso de aceite, una hoja de laurel, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se escaldan los filetes de raya un minuto en agua hirviendo con vinagre. Se cambia el agua y se cuecen ocho minutos en agua con una chispa de sal y una hoja de laurel. Se dejan enfriar y se les quita la piel, se sacan las hebras y se reservan.

Se abren los mejillones al vapor, se les quitan las valvas y se cuele el caldo.

En la paella con aceite, se doran las gambas y las láminas de raya desmigada, se sacan y se reservan.

Se ralla el tomate pelado y sin pepitas, el ajo picado, el pimentón y las hebras de azafrán. Se rehoga dos minutos en la paella con el aceite, se añaden el caldo de pescado y el de abrir los mejillones, cuando rompa a hervir se añaden los fideos, se deja hervir a fuego bajo. Pasado un cuarto de hora se verifica si necesita más caldo, se añade el pescado y se lleva la paella al horno cinco minutos, se saca y se sirve adornando con los mejillones.

Receta recogida en Calafell (Tarragona). Esta receta solo tiene un pequeño inconveniente y es que la paella no suele caber bien en el horno por eso recomiendo probar antes de prepararla, si cabe o no; se evitan sorpresas...



Huevos Rellenos con Raya Ahumada

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho huevos duros, una cucharada de salsa de tomate, un tomate, media lechuga, ciento cincuenta gramos de raya ahumada, unas tiras de pimiento asado, cuatro cucharadas soperas de mayonesa, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se cortan por la mitad los huevos duros, se les quitan las yemas y se reservan.

Se hace una pasta con la raya de ahumada desmigada, la mayonesa, la mitad de las yemas y la salsa de tomate. Se salpimenta y se rellenan los huevos con la pasta, se recubren con mayonesa, se riegan con yema rallada y se cubren con una tirita de pimiento rojo como adorno.

Se emplatan sobre lechuga picada y rodajas de tomate.

Receta familiar. Encontrar raya ahumada es complicado pero puedes prepararla con un ahumado artesanal, con hojas de té



Paella Alicantina de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Medio kilo de presas de raya, una cebolla, dos dientes de ajo, seis cucharadas de aceite, dos hebras de azafrán, un tomate, vaso y medio de arroz, tres vasos y cuarto de caldo de rape.

37
...

PREPARACIÓN:

Se cuece una cabeza de rape con media cebolla cortada en cascos, un casco de limón, una hoja de laurel y una chispita de sal. Cuando haya transcurrido una hora, se limpia la cabeza de partes comestibles, se quita la hoja de laurel, el casco de limón y se pasa todo por el turmix. Se reduce a algo más de medio litro y se reserva.

Se limpian los trozos de raya raspando la piel con un cuchillo hasta que quede transparente, se reservan.

Se prepara en una paella con aceite un fondo salteando la cebolla, cuando transparente, se añaden los ajos picados y el tomate picado, pelado y sin pepitas. Cuando poche el tomate se riega con el arroz, se deja rehogar dos minutos y se añade el caldo de rape, se colocan las presas de raya, se salpimenta, se añade el azafrán y se deja cocinar a fuego lento, que hierva pero muy lentamente, durante veinte minutos.

Se retira del fuego, se deja reposar un par de minutos y se sirve.

Este plato lo comimos en una playa de los alrededores de Alicante, nos sorprendió por su sencillez y sabor

Paella de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Medio kilo de arroz, diez ajos tiernos, un cuarto de kilo de raya, dos cebollas, dos tomates, litro y medio de caldo, tres hebras de azafrán, aceite, una cucharada de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se escalda la raya en una cazuela con agua y vinagre tres minutos; se saca, escurre y se quitan la piel y las espinas, se sacan las láminas y se reservan.

Se saltea la cebolla picada en una paella con aceite junto a los ajos tiernos picados, cuando pasen cinco minutos se añade el tomate picado sin piel ni pepitas, se cocina ocho minutos, se añade el arroz, se le dan unas vueltas, se riega con el caldo y se cocina diez minutos, se añaden las láminas de raya, se continua con la cochura y se termina de cocinar la paella. Se retira, se deja reposar unos minutos y se sirve.

38
...

Pan de Hígado de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Un cuarto de kilo de hígado de raya, ocho filetes de sardina arenque, una cebolla, una cucharada de alcaparras, tres cebolletas, cuatro rebanadas de pan, dos cucharadas de perejil, seis nueces de mantequilla, una zanahoria, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se fríen las rebanadas de pan en una sartén con aceite.

En una cazuela de barro con la mantequilla se saltean la cebolla picada y las cebolletas, hasta que ablanden; se salpimientan y se añade el perejil picado a cuchillo, se saltean un par de minutos.

Se corta el hígado en láminas de medio centímetro de grosor, se añade a la cazuela, se saltea cuatro minutos, se saca y se reserva.

Se saltea la zanahoria rallada y se coloca sobre la rebanada, se cubre con láminas de hígado de raya y se cubre con cebolla picada.

Se cubre con dos filetes de sardina arenque y se sirve.

Pastel de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, ocho huevos, un vaso de nata líquida, un vaso de salsa de tomate, pan rallado, mantequilla, media cebolla, una zanahoria, una hoja de laurel, perejil, sal y pimienta.

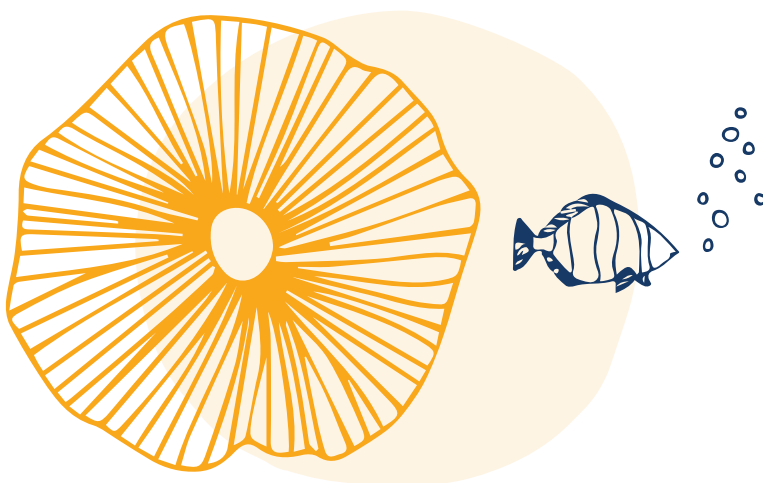
PREPARACIÓN:

En una cazuela, se hierven la media cebolla y la zanahoria con un poco de sal y la hoja de laurel, cuando cueza cinco minutos, se añade la raya y se cuece diez minutos.

Se saca el pescado, se le quitan la piel y el cartílago central, se desmenuza y se reserva.

En recipiente aparte, se batan los huevos, se añaden la nata líquida, la salsa de tomate, el perejil picado y el pescado. Se salpimenta, se vierte en un molde de horno untado de mantequilla y pan rallado.

Se cuece en un horno a doscientos grados a baño María como una hora, hasta que al pinchar con una aguja, esta salga limpia. Se deja enfriar, se corta en rodajas, se napa con salsa rosa, se adorna con unas gambas peladas y se sirve.



Paté de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Medio kilo de raya ahumada, doscientos gramos de mantequilla, medio vaso de vino Pedro Jiménez, un diente de ajo, una cucharada de culantro, sal y pimienta.

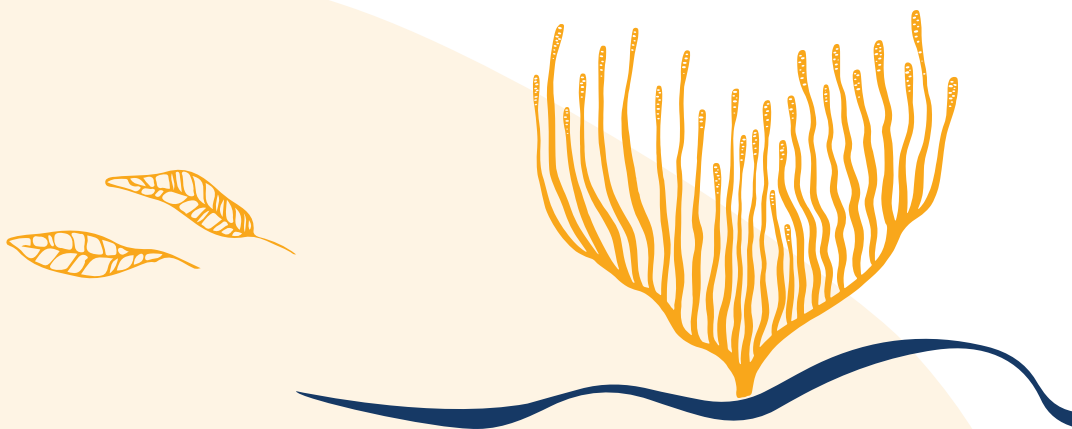
PREPARACIÓN:

Se trocea la raya ahumada, se pica a cuchillo y se lleva al vaso de la batidora, se le añaden la mantequilla en pomada, el vino, el ajo, el culantro, sal y pimienta, previamente majados en un almirez para hacer más fácil el trabado.

Se bate a velocidad media hasta que ligue una pasta espesita, se coloca en una tarrina de paté y se lleva al frigorífico hasta el momento de servir.

En la Península no es frecuente encontrar raya ahumada, en las Isla Canarias si es más frecuente y en Francia es un alimento común muy valorado como exquisitez.

Esta receta la tomábamos en el Restaurante del Aeropuerto de las Palmas de Gran Canaria en los años setenta



Pimientos Rellenos de Espinacas y Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Una lata de pimientos de piquillo, suelen traer ocho unidades, trescientos gramos de espinacas, un cuarto de kilo de raya, un diente de ajo, un vasito de nata líquida, un vasito de jerez seco, un vasito de fume de pescado, aceite, estragón, piñones, harina de rebozar, un huevo, un huevo duro, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

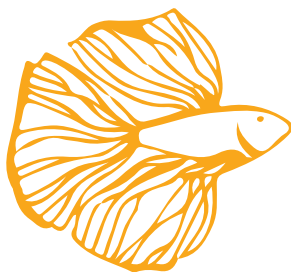
Se escalda la raya en agua hirviendo, se eliminan la piel y el cartílago interior. Se reserva.

En una sartén con aceite se saltean el diente de ajo, la cuarta parte de las espinacas y la raya, se salpimenta, se añaden un poco de fumé de pescado y los piñones, se reduce y se reserva.

Se rellenan los pimientos de piquillo con el salteado, se pasan por harina y huevo batido, y una vez rebozados se fríen unos minutos.

En una cazuela se reduce el jerez con el estragón, se salpimenta y se añaden las espinacas que se habían reservado, pasados unos minutos la nata líquida, se remueve y se pasa por una batidora y se trabaja una salsa.

Se extiende la salsa sobre una fuente y se colocan los pimientos rellenos sobre ella. Se sirven adornando con rodajitas de huevo duro.



Puding de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Medio kilo de raya, tres patatas, una cebolla, un diente de ajo, tres cucharadas de salsa de tomate, una cucharada de aceite de oliva, un huevo, mayonesa, perejil, alcaparras, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se cuecen las patatas en agua con sal. Se enfrían, se pelan, se pasan por un pasapurés y se reservan.

En una cazuela, se cuece unos cinco minutos la raya, con agua, media cebolla, el diente de ajo, perejil y sal. Se saca la raya, se limpia de piel y se le elimina el cartílago. Se desmenuza y se reserva.

En sartén aparte se sofríe con aceite la media cebolla restante y se le añade la salsa de tomate. Se añade a la raya desmenuzada, con el puré de patata y el huevo batido. Se homogeniza, y se coloca en un molde untado con aceite. Se cuece a baño María unos veinte minutos, se desmolda en frío y se sirve con mayonesa y alcaparras.

42
...



Raya a la Algarveña

INGREDIENTES: (4 personas)

Medio kilo de raya en cuatro porciones, una cebolla, dos cucharadas de caldo de carne (Bobril), una cucharada de salsa de tomate, una cucharada de harina, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpia la raya y se raspa la piel hasta que quede totalmente blanca. Se espolvorea con sal y harina, se coloca en una cacerola refractaria sobre la cebolla cortada en rodajas y se riega con la salsa de tomate. Se añaden la pimienta, el aceite y el caldo de carne, se lleva al horno, se cuece veinte minutos. Se sirve recién sacada, adornada con ramitas de culantro fresco.

Fácil, bajo en calorías y barato. Resulta un pato exquisito

Raya a la Asturiana

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya en porciones, un vaso de sidra, una cebolla, medio vaso de aceite, dos patatas, una cucharada de perejil, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se rehoga la cebolla picada en juliana en una cazuela de barro con aceite, cuando transparente se añade la patata cortada en rodajas, se cocina un cuarto de hora.

Se raspa la raya hasta que la piel casi desaparezca, se escalda un minuto en una cazuela con agua y un chorrito de vinagre; se pasa a la cazuela de barro, se riega con la sidra y se cocina tres minutos por cada lado, se salpimenta, se espolvorea con perejil picado a cuchillo y se sirve.

43
...

Raya a la Cantonese

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho filetes de raya, una cebolla, un trozo de jengibre, media cucharadita de azúcar, seis cucharadas de aceite, dos cucharadas de salsa de soja, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya con un cuchillo hasta que la piel quede como papel de fumar, se escalda un minuto en agua hirviendo con un chorrito de vinagre, se escurre, se seca, se coloca una rodajita de jengibre sobre cada filete y se cuece al vapor en una cazuela con rejilla hasta que la carne separe de las espinas. Se saca, se escurre y se emplata.

Se ligan la cebolla picada, el jengibre rallado, azúcar, salsa de soja, sal y pimienta. Se reparte la liga sobre los filetes. Se riegan con aceite muy caliente y se sirven.

Prefiero saltear un par de dientes de ajo en el aceite y regar a la bilbaína

Raya a la Cerveza

INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de raya en trozos, una guindilla verde, una cebolla, dos dientes de ajo, pan rallado, un tomate, dos vasos de cerveza, una cucharada de perejil, tres hebras de azafrán, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

En una cazuela de barro con aceite, se saltea la cebolla cortada en juliana junto al ajo cortado en láminas. Pasados cinco minutos se añaden la guindilla verde cortada en aros muy finos y el tomate picado sin piel ni pepitas, se cocina ocho minutos hasta que reduce el agua que suelta el tomate.

Se raspa la raya con un cuchillo hasta que la piel quede como papel de fumar, se escalfa un minuto en agua hirviendo con un chorrito de vinagre, se escurre, se seca con papel de cocina y se reboza con pan rallado.

Se incorporan los trozos de pescado en la cazuela sobre el rehogado, se cocinan cinco minutos por cada lado, se riega con la cerveza, se añaden el azafrán y el perejil picado a cuchillo y se cocina cinco minutos más. Se sirven en la misma cazuela de barro.

Si queda muy caldoso se saca la raya y se reduce por cochura, también se puede pasar el rehogado por el chino con lo que nos queda más fluida la salsa

Raya a la Crema

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, un vaso de nata líquida, tres cucharadas de vinagre balsámico, dos cucharadas de perejil, cien gramos de alcaparras, caldo corto, una cucharada de vinagre de vino, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya con un cuchillo, se escalfa un minuto en una cazuela con agua y una cucharada de vinagre. Se cambia el agua por el caldo corto y se cuece ocho minutos. Se saca y se lleva a una fuente de horno engrasada.

En un cazo se reduce la crema con las tres cucharadas de vinagre, se trabaja una salsa; se riega sobre el pescado, se añaden las alcaparras y se sirve.

Raya a la Crema de Ajetes

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya de unos setenta y cinco gramos cada una, dos manojos de ajetes, vaso y medio de fume de pescado (se puede sustituir por una pastilla de caldo de pescado), un vaso de crema de leche, cien gramos de mantequilla, unas almendras, un vaso de aceite, harina de freír pescado, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya con un cuchillo hasta que la piel quede totalmente transparente, se enharina con harina de freír pescado, y se fríe en aceite de oliva. Se reservan las presas.

En el mismo aceite, se saltean los ajetes y las almendras, se salpimentan y se riegan con el fume de pescado y la crema de leche. Se deja cocer como cinco minutos.

Se pasa la salsa por la batidora y se cuela con un colador de centil mediano. Se lleva de nuevo la salsa al fuego, y se emplatan las presas de raya. Se le vierte la salsa muy caliente por encima y se sirve adornado con medias rodajas de naranja o con gajos de mandarina.

45
...

Raya a la Crema Isleña



INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya, ocho cucharadas de mantequilla, medio vaso de leche Ideal, dos huevos, una cucharada de perejil, una cebolla, tomillo en rama, dos hojas de laurel, medio vaso de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya hasta que no le quede casi piel. Se lleva a una cazuela con la cebolla cortada en cascots, las hojas de laurel, el tomillo y el vinagre. Se cuece veinte minutos, se saca y se filetea quitándole los cartílagos. Se reserva al calor.

En un cacillo se derrite la mantequilla, se añade la leche Ideal, despacito para que ligue lentamente. Se salpimenta y se añaden las yemas de los huevos batidos, se ligan al calor sin que rompa a hervir. Se añade el perejil, se liga con una cuchara de palo y se vierte sobre la raya.

Se sirve con acompañamiento de verduras cocidas

Raya a la Gallega

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, media cebolla, seis cucharadas de aceite, dos dientes de ajo, una cucharada de pimentón, dos cucharadas de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan las presas de raya con un cuchillo hasta que la piel quede transparente. Se escaldan un minuto y se llevan a una fuente de barro engrasada; se reservan.

Se saltea un diente de ajo en una sartén con aceite, se saca y se maja en un almirez con el vinagre, se reserva.

En la misma sartén y aceite se saltea el otro diente de ajo junto a media cebolla picada, cuando transparente se aparta del fuego, se añaden el pimentón, el majado, un vaso de agua, sal y pimienta.

Se vuelve al fuego, cuando comience a hervir se añade la raya, se cocina diez minutos más y se sirve.

46
...

Receta recogida en FAMAR 2.008



Raya a la Griega

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya, cuatro patatas, dos cucharadas de granos de pimienta verde, una cucharada de albahaca, una cebolla, cuatro alcachofas, dos cucharadas de alcaparras, una ramita de romero, cuatro dientes de ajo, un vaso de vino blanco, una hoja de laurel, dos cucharadas de vinagre, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se cuecen en una cazuela con agua y sal media cebolla cortada en cascots y una hoja de laurel, se prepara un caldo en el que se cuecen las patatas peladas y las alcachofas limpias cortadas en cascots. Se sacan y se reservan.

Se añade al cado un chorrito de vinagre; se raspa la raya hasta que no le quede casi piel, se escalda un minuto y se coloca en una fuente de barro engrasada.

Se doran los ajos en dos cucharadas y media de aceite, se lleva a un almirez, se majan con ellos los granos de pimienta, las alcaparras, la albahaca picada y el vino; se riega sobre los filetes de raya y si hace falta se añaden unas cucharadas de agua hasta cubrir.

Se lleva la cazuela al fuego a fuego lento y se retira cuando rompa a hervir con claridad, se retira y se deja enfriar en el caldo.

Se sacan los filetes de raya, se emplatan y se acompañan con las patatas y las alcachofas. Se reduce el caldo por cochura y se sirve como salsa.



Raya a la Manteca de Cerdo

47
...

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de filetes de raya, doscientos gramos de manteca de cerdo, una hoja de laurel, un limón, dos cucharadas de vinagre, una cucharada de perejil, patatas cocidas, judías verdes cocidas, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la piel de la raya hasta dejarla en la practica como papel de fumar, se escaldan las presas un minuto en agua con vinagre para quitarle el olorcillo y se llevan a una cazuela con agua y vinagre; se cambia el agua y se cuece diez minutos con una hoja de laurel, sal y pimienta. Se saca, se escurre y se reserva.

Se funde la manteca, se salpimienta, se le ralla nuez moscada, se adereza con una chispa de piri-piri, se cocina diez minutos hasta que dore.

Se riega la raya con zumo de limón, perejil picado y la manteca fundida, se sirve muy caliente con patata cocida y judías verdes.

Receta propia de la Provincia de Huelva. Las malas lenguas dicen que es una variante de la raya a la mantequilla de los tiempos de escasez en los años cuarenta. Puede que sea verdad, lo cierto es que como plato ¡¡¡queda fenomenal!!!

Raya a la Mantequilla

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, medio vaso de vino, una cebolla, dos hojas de laurel, tomillo, una cucharada de perejil, medio paquete de mantequilla, un limón y sal.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya hasta que no le quede casi piel. Se lleva a una cazuela con la cebolla cortada en cascos, las hojas de laurel, el tomillo y el vinagre. Se cuece veinte minutos, se saca y se filetea quitándole, los cartílagos. Se reserva al calor.

En un cazo se derrite la mantequilla, se quita del fuego, se riega con zumo de limón, se salpimenta y se espolvorea perejil. Se riega la raya con la salsa y se sirve.

Hay otra receta igual, solo que le añade aceite a la mantequilla para fundir. Otra le añade piri-piri. Recogida en Isla Cristina (Huelva), en el puesto de Sara



Raya a la Mantequilla de Ajo

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya, seis ajos, una cebolla, un vaso de aceite, seis nueces de mantequilla, una cucharada de perejil, una docena de patatitas cocidas, dos limones, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se traba una marinada con la cebolla picada, el zumo de limón y medio vaso de aceite. Se reserva.

Se raspan las presas de raya con un cuchillo hasta que la piel quede transparente, se lleva a un lebrillo, se cubre con la marinada y se deja marinar una hora.

Se escaldan los dientes de ajo en un cazo con agua, se llevan a un almirez, se majan y se ligan con la mantequilla en pomada.

Se sacan los filetes de raya, se escurren, se pasan por harina de freír pescado, se doran en una sartén con aceite cuatro minutos por cada lado. Se emplatan y se acompañan con las patatitas cocidas y la mantequilla de ajo.

Receta común recogida en el puesto de Sara Gey en Isla Cristina (Huelva) una mañana charlando con las señoras. Me insistieron mucho, "que esta receta es aparte de la receta de raya con mantequilla, ¡¡es otra cosa!!"



Raya a la Marinera

INGREDIENTES: (4 personas)

Cuatro presas de raya, dos tomates, un pimiento, una cebolla, un ajo, una hoja de laurel, un cuarto de kilo de gambas peladas, un vaso de chirlas, ocho espárragos blancos, cuatro cucharadas de vino blanco, aceite, arroz blanco, una cucharada de vinagre, azafrán, sal y pimienta.

49
...

PREPARACIÓN:

Se raspan las presas de raya con un cuchillo tipo puntilla hasta que la piel desaparezca en la practica, se pincelan con una cucharada de vinagre y se pasan por harina, se sacuden y se fríen en una sartén con aceite.

Se abren las chirlas al vapor con dos cucharadas de agua y cuatro de vino, se eliminan las cáscaras y se cuele el caldo, se reservan.

Se pican en juliana la cebolla, el pimiento, se rallan los ajos y se pica el tomate sin piel ni pepitas, se mezclan, se llevan a una fuente de horno, se riegan con aceite, se cocina veinte minutos y se trabaja un fondo.

Se colocan encima las presas de raya, las gambas peladas y las chirlas, se riega con el caldo de abrir las chirlas con el azafrán desleído, se salpimenta y se cocina cinco minutos. Se sirven con arroz blanco cocido como acompañamiento.

Receta de Cristo Bejarano de Huelva



Raya a la Naranja Amarga

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, medio hígado de raya, dos rebanadas de pan frito, dos cucharadas de vinagre, seis dientes de ajo, aceite, una cucharadita de pimentón, una naranja amarga, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

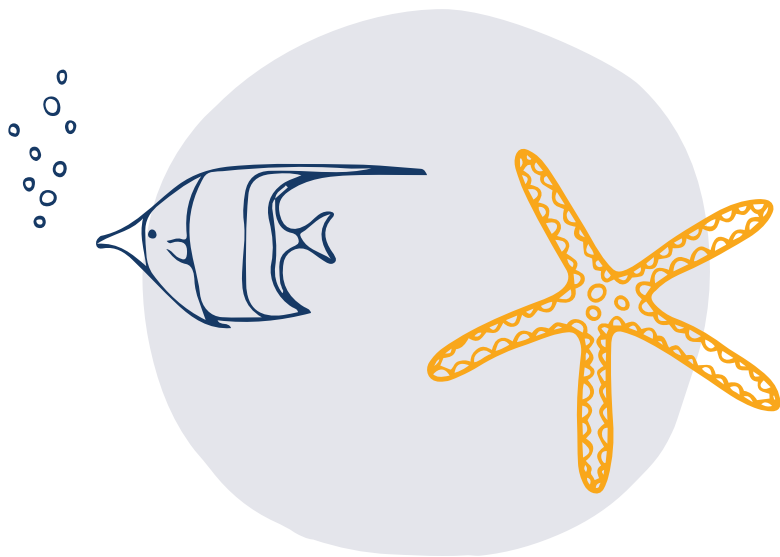
Se raspan las presas de raya con un cuchillo hasta que la piel quede transparente. Se escaldan tres minutos y se llevan a una fuente de barro engrasada; se reservan.

Se saltean los ajos en una sartén con aceite, se les añade el pimentón y pasados treinta segundos se vierte en un almirez, se majan junto al pan frito, el hígado de la raya, el vinagre y unas cucharadas de agua.

Se vierte el majado sobre la raya en la cazuela de barro, se cocina diez minutos, se riega con el zumo de naranja amarga y se le da un hervor. Se sirve en la misma cazuela de barro.

50
...

Es conveniente no añadir mucho zumo en un principio hasta que se le tome el punto al plato pues a no todo el mundo le gusta el amargor de la naranja



Raya a la Plancha

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya, ocho cucharadas de aceite, cuatro dientes de ajo, tres cucharadas de vinagre balsámico, una cucharada de perejil picado a cuchillo, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya hasta dejar la piel al mínimo de grosor posible, se escalda un minuto en una cazuela con agua y vinagre para quitarle el posible olor a amoníaco. Se pincela con aceite y se asa en una plancha o parrilla seis minutos por cada lado hasta que este hecha por los dos lados, que será cuando la carne despegue de los cartílagos.

Se doran en una sartén con aceite los ajos cortados en láminas, se retira del fuego, se riega con el vinagre, se salpimenta y se vierte sobre las presas de raya.

Receta común de la Costa de Huelva

51
...

Raya a la Sidra

INGREDIENTES: (4 personas)

Cuatro piezas de raya de doscientos gramos, medio kilo de almejas, medio vaso de leche, cincuenta gramos de harina, dos cebollas grandes, un vaso de sidra, perejil, pimentón, unas cucharadas de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan las tajadas con un cuchillo hasta que la piel quede transparente, se escaldan en agua con unas cucharadas de vinagre, se escurren y se dejan enfriar.

Se abren las almejas al vapor, con una hoja de laurel. Se cuela el caldo y se reservan, tanto el caldo, como las almejas.

En una cazuela de barro con aceite se sofríe la cebolla picada, se añaden la harina y el pimentón, se dejan tostar. Se añaden el agua de las almejas, el vaso de sidra, se salpimentan y se remueven bien.

Se añaden las tajadas de raya y las almejas, se bañan con la salsa, se espolvorea con perejil picado, y se llevan al horno cinco minutos. Se sirve caliente con acompañamiento de pan tostado.

Raya a la Vinagreta de Azafrán

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho filetes de raya, ocho nidos de pasta, una naranja, tres hebras de azafrán, un vaso de vino, una cucharada de vinagre, tres gotas de tabasco, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya hasta dejar la piel al mínimo de grosor posible, se escalda un minuto en una cazuela con agua y vinagre para quitarle el posible olor a amoníaco. Se reserva.

Se saca y se cuece en una cazuela con agua y vino blanco diez minutos, se sacan las presas y se cuecen los nidos de pasta siguiendo las instrucciones del fabricante impresas en el paquete; se sacan, escurren y se fríen en el aceite.

Se traba una vinagreta con diez cucharadas de aceite, cinco de zumo de limón, tres gotas de tabasco y tres hebras de azafrán.

Se emplatan dos nidos de fideos por plato una presa de raya sobre cada nido, se riegan con la vinagreta y se sirven.

Receta de origen balear recogida en el Hotel Isla Cristina Palace a su Chef Don Manuel

Raya a la Vinagreta de Frambuesa

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, cuatro huevos duros, una cebolla, una hoja de laurel, unas frambuesas, medio vaso de vinagre, un vaso de aceite de oliva, una cucharada de perejil picado, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpian los trozos de raya, se raspan con una puntilla hasta que parezca que no les queda nada de piel, se escalda diez minutos en agua hirviendo con el laurel y la cebolla cortada en cascós. Se saca, se elimina el cartílago y se emplatan los filetes en una fuente, se rodea con cascós de huevo duro.

En un cuenco se trabaja una vinagreta con el aceite, el vinagre, el perejil picado a cuchillo, las frambuesas picadas a cuchillo, sal y pimienta. Se riega sobre los filetes de raya y se sirve la restante aparte en salsera.

Raya a las Alcaparras

INGREDIENTES: (4 personas)

Kilo y medio de raya, unas cucharadas de vinagre, una cebolla, un rollo de hierbas, tres cucharadas de alcaparras, vaso y medio de leche Ideal, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan las presas de raya con un cuchillo hasta que la piel quede transparente. Se escaldan tres minutos en agua con unas cucharadas de vinagre y se cuecen media hora en agua con sal, la cebolla cortada en cascós y el rollo de hierbas. Se escurren y se reservan en una fuente.

Se lleva a un cacillo la leche Ideal, se salpimenta y se reduce a la mitad. Se añaden las alcaparras, se le da un hervor y se riega sobre la raya como salsa.

Receta de Remedios Díaz de Isla Cristina (Huelva)



53
...

Raya a las Hierbas

INGREDIENTES: (4 personas)

Cuatro filetes de raya, de unos ciento cincuenta gramos cada uno, media cebolla, perejil, tomillo, albahaca, una cucharada de pan rallado, una cucharada de piñones, medio vasito de aceite, un chorrito de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpia el pescado raspándolo con un cuchillo, se lava y se seca con papel de cocina.

En una fuente de horno, untada con aceite, se coloca un fondo de cebolla cortada muy fina, sobre él se colocan las presas de raya y se rocía todo con un chorrito de aceite.

Se mezcla el pan rallado, con el perejil, el tomillo y la albahaca molidos. Se esparce la mezcla sobre la raya y se lleva al horno a doscientos grados, se cocina diez minutos y se gratina un par de minutos más.

Se tuestan un poquito los piñones y se ligan con el resto del aceite, el vinagre, perejil, sal y pimienta, formando una vinagreta. Se tritura y se vierte la salsa sobre el pescado y se sirve no demasiado caliente.

Raya a los Quesos

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho filetes de raya, tres dientes de ajo, media cebolla, cuatro vasos de leche, cien gramos de queso manchego, cien gramos de queso fresco de la Serena, ciento cincuenta gramos de queso parmesano, media cucharada de albahaca, dos nueces de mantequilla, dos cucharadas de harina, un clavo de olor, vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya hasta dejar la piel al mínimo de grosor posible, se escalda un minuto en una cazuela con agua y vinagre para quitarle el posible olor a amoníaco. Se reserva.

Se doran en una sartén con dos nueces de mantequilla dos cucharadas de harina, se añaden la leche, los ajos picados, la cebolla picada, el queso manchego rallado, el queso de la Serena rallado, la albahaca picada a cuchillo, el clavo de olor, sal y pimienta, se trabaja una salsa tipo bechamel.

Se colocan los trozos de raya, se cocinan siete minutos por cada lado, se sacan, se llevan a una fuente de horno, se riegan con la salsa, se espolvorea con el queso parmesano rallado, se lleva al horno, se gratina y se sirve.

Receta balear recogida en el Hotel Isla Cristina Palace a su Chef Don Manuel

54
...

Raya al Ajo Arriero



INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya cortada en porciones, un kilo de patatas, dos huevos duros, cuatro dientes de ajo, aceite, harina, una cucharadita de pimentón, seis cucharadas de vinagre balsámico, una chispa de piri-piri, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya hasta dejar la piel al mínimo de grosor posible, se escalda un minuto en una cazuela con agua y vinagre para quitarle el posible olor a amoníaco. Se reserva.

Se cuecen las patatas veinte minutos, pasados diez minutos se incorpora la raya. Una vez cocidas se sacan, se incorporan a una cazuela de barro engrasada y se cuela el caldo.

En una sartén con seis cucharadas de aceite se saltean los ajos cortados en láminas, se retira del fuego, se añaden la harina y el pimentón, se le dan unas vueltas y se vuelve al fuego. Se riega con el vinagre, unas cucharadas del caldo de cocer las patatas y la raya, una pastilla de AVECrem desleída en un poco de caldo y el piri-piri.

Se deja hervir un par de minutos, se vierte sobre la cazuela con las patatas y la raya, se lleva al fuego muy bajo, se cocina unos minutos. Se sirve en la misma cazuela de barro.



Raya al Estilo Balear

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya de cien gramos cada una, cien gramos de almendras tostadas, dos limones, tres dientes de ajo, dos huevos, un vaso de aceite, dos tomates, un ramito de perejil, cincuenta gramos de pan frito, fume de pescado, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya con un cuchillo hasta que la piel quede transparente, se colocan las presas en una fuente con el zumo de los limones y sal, para que maceren. Pasadas dos horas se escaldan y se ponen en una fuente de horno.

En un almirez, se majan los ajos, el pan frito, y la mitad de las almendras, se añaden los tomates sin piel y sin pepitas, el perejil picado a cuchillo, los huevos batidos y el aceite. Se maja todo, se le agrega un chorro de fume de pescado, se homogeniza y se vierte sobre los trozos de raya.

Se lleva al horno y se cuece un cuarto de hora, se espolvorea con el resto de la almendra picada y perejil picado a cuchillo, se sirve caliente en la misma cazuela de barro.

Receta recogida en San Félix (Mallorca)

Raya al Estilo Canario

INGREDIENTES: (4 personas)

Un trozo de raya de medio kilo, trescientos gramos de patatas, ciento cincuenta gramos de mantequilla, tres huevos, un limón, cuatro rebanaditas de pan, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se escalda la raya en agua hirviendo un par de minutos, se le quitan la piel y el cartílago, se trocea y se pone en adobo con sal y el zumo de limón como media hora. Se deja escurrir.

Se derrite la mantequilla y se bate con las yemas de los tres huevos, hasta formar una pasta muy suave.

Se embadurnan los filetes con la pasta y se fríen por ambos lados en la mantequilla derretida.

Con las patatas se trabaja un puré, se fríen las rebanadas de pan y se emplata en una fuente con el puré en el centro rodeado de las tajadas de raya fritas y las rebanadas de pan frito.

56
...

Receta recogida en El Realejo Alto (Tenerife)

Raya al Falso Alioli

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya, dos cucharadas de aceite, dos vasos de mayonesa, cuatro dientes de ajo, dos cucharadas de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se pican los ajos a cuchillo se llevan al vaso de la batidora con la mayonesa y se baten íntimamente. Se reserva la salsa en salsera.

Se escalda la raya en agua hirviendo con vinagre un minuto para quitar el olorillo. Se saca, escurre y seca con papel de cocina. Se pincela con aceite por ambas caras, se marca a la plancha cuatro minutos por cada lado, se eliminan la piel y las espinas, se sacan dos filetes por presa, se emplatan en platos individuales, se acompañan con cebolla confitada como guarnición, se napan con el falso alioli y se sirven.

Realmente la receta original es con alioli nosotros preferimos hacerla con falso alioli, es más cómodo y no pierde tanto el plato. También se puede poner maíz como guarnición

Raya al Pan Frito

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, cuatro dientes de ajo, dos hojas de laurel, una rebanada de pan frito, el hígado de la raya, medio vaso de aceite, unas hebras de azafrán, medio vaso de vinagre, una cucharadita de cominos molidos, sal y pimienta.

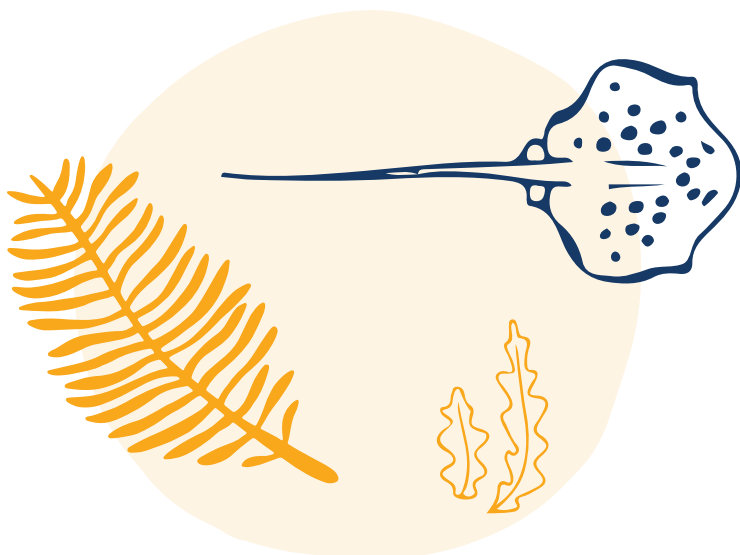
PREPARACIÓN:

Se escalda la raya en agua hirviendo y dos cucharadas de vinagre, se le quita la piel raspándola con un cuchillo hasta que quede como un papel de fumar; se reserva.

En una cazuela de barro con aceite se fríen los ajos, la hoja de laurel, el hígado de la raya picado y limpio y la rebanada de pan. Una vez frito, se majan en un almirez con el comino, se añaden el vinagre y un vaso de agua. Se reserva.

En la misma cazuela de barro con aceite se fríe la raya troceada, cuando esta haya dorado se añaden el majado, el azafrán y se deja cocer un cuarto de hora. Transcurrida esta, se sirve en la misma cazuela.

Receta de Aurelia Capillo. Esta misma receta nos vale para rape y sapo



Raya al Pimentón

INGREDIENTES: (4 personas)

Medio kilo de raya, medio vasito de aceite, cuatro dientes de ajo, una cucharadita de pimentón (mitad dulce, mitad picante), una cucharadita de comino, una rebanada de pan del día anterior, dos cucharadas soperas de vinagre y sal.

PREPARACIÓN: Sic

“Preparamos la raya dándole un escalfado en agua hirviendo, le quitamos la piel raspándola con un cuchillo y se reserva.

En un mortero, majamos dos dientes de ajo con una pizca de sal. En una sartén con aceite de oliva freímos la rebanada de pan y dos dientes de ajo. Añadimos al mortero el pan frito y los dos dientes de ajo fritos, volvemos a majar, añadimos el comino, el vinagre, el pimentón, y continuamos majando.

Se añade todo este majado a la sartén donde freímos los ajos, añadimos la raya y se le da un hervor durante unos cinco minutos para que la raya se haga y tome sabor. Se sirve caliente.”

58
...

*En el libro **La Cocina Marinera** Editado por el Ayuntamiento de Punta Umbría hay cuatro recetas similares pero diferentes.*

En toda la Costa de Huelva se prepara este plato con pequeñas variantes; esta receta es como la prepara Margarita; para mi gusto ¡¡la mejor receta!!



Raya al Pimentón con Naranja

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya, un trozo de hígado de raya, un vasito de aceite, dos naranjas amargas, cuatro dientes de ajo, media cucharadita de comino molido, una hoja de laurel, un picatoste, una cucharadita de pimentón mitad dulce mitad picante, una cucharada de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan los filetes de raya con un cuchillo hasta que la piel quede como papel de fumar, se escalda en agua hirviendo con una cucharada de vinagre un minuto, se saca y se reserva.

Se fríe en una sartén con aceite la rebanada de pan, se maja el picatoste en un almirez con los ajos, los cominos, sal y pimienta; se pasa por la sartén con aceite el hígado de raya junto a una hoja de laurel, se quita la hoja y se vierte sobre el majado, se continua majando, se riega con medio vaso de agua y medio de zumo de naranja amarga, se deslíe y reserva.

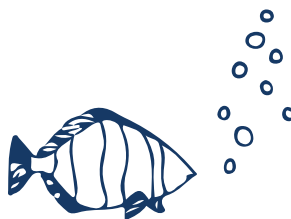
Se dora treinta segundos el pimentón en una sartén con dos cucharadas de aceite, se vierte sobre él el majado con el zumo, se le dan unas vueltas que ligen y se reserva.

En una cazuela de barro con cuatro cucharadas de aceite, se doran someramente los filetes de raya, se les vierte la liga de majado, zumo y pimentón, se cocinan como máximo un cuarto de hora hasta que la carne separe de los cartílagos con facilidad.

Se sirve en la misma cazuela de barro.

Los platos a base de pimentón dan un cierto miedo por el amargor. Si no se refríe el pimentón más de un minuto no pasa nada, por ello siempre digo saltear treinta segundos.

En esta receta es preferible tantear antes el zumo de naranja amarga, hay a quien no le gusta si tiene mucha cantidad; se puede sustituir el zumo de naranja por agraz



Raya al Queso

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya, cuatro cucharadas de vinagre, una hoja de laurel, tomillo molido, perejil en rama, harina, cuatro cucharadas de mantequilla, leche, fume de pescado, queso rallado, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya hasta dejar la piel como papel de fumar. Se lava y se escalfa en agua hirviendo tres minutos. Se baja el fuego y se cuece a fuego bajo media hora con la hoja de laurel, el tomillo, el perejil y el vinagre.

Se liga una bechamel floja con mantequilla, leche, harina y fume de pescado. Se lleva la mitad de la salsa a una fuente, se espolvorea con queso rallado, se colocan las presas de raya, se espolvorea con queso, se cubre con el resto de la bechamel, se espolvorea con queso y se lleva al horno a doscientos grados un cuarto de hora; se sirve en la misma fuente.

60
...

Raya al Uso de Cudillero

INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de raya, ocho cucharadas de mantequilla, dos cucharadas de perejil, un casco de limón, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

“Se trocea la raya, se raspa hasta que quede en la practica sin piel y se lleva a un lebrillo pequeño para que sequen un poco los trozos.

Se incorporan a una cazuela de barro, se riegan con zumo de limón, perejil y mantequilla fundida. Se ponen al fuego y se cocinan por ambas caras hasta que estén hechas”.

Receta de E. Ruiz recibida por e.mail

Raya al Vino Blanco

INGREDIENTES: (4 personas)

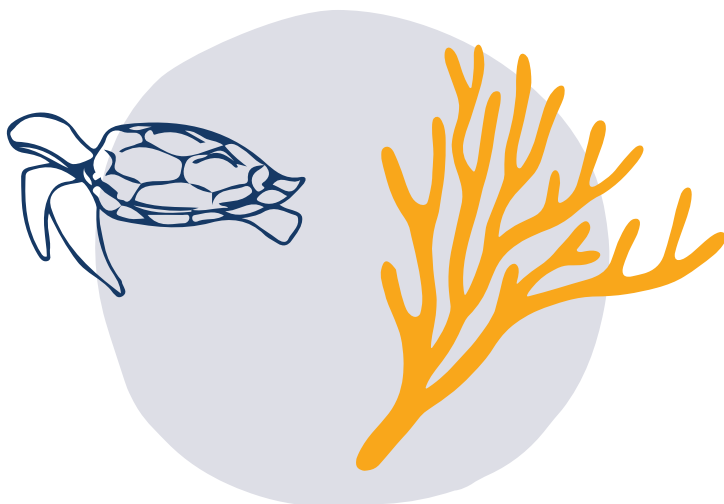
Cuatro porciones de raya de unos doscientos gramos cada una, doscientos gramos de champiñones, un limón, un vaso de vino blanco, un vaso de crema de leche, cuatro nueces de mantequilla, dos huevos, medio kilo de gambas, perejil, aceite de oliva, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya con un cuchillo hasta que quede transparente, se escalda en agua hirviendo un par de minutos y se le quita el cartílago, dejando dos filetes por presa. Se colocan en una fuente untada con mantequilla, se salpimientan y se riegan con el vino blanco y la crema de leche. Se cuecen en el horno un cuarto de hora.

Se cortan los champiñones en láminas, se llevan a una cazuela con el zumo de limón, una nuez de mantequilla. Cuando hierva se añade un chorrito de agua y se hierven cinco minutos.

Se sacan las presas, se reservan; se añaden al caldo de la cocción las yemas de los huevos batidas, se calientan a baño María y se remueven para que quede una salsa. Se emplatan las presas, se riegan con la salsa, se espolvorea el perejil picado y se adornan con gambas cocidas y champiñones. Si hace falta se calienta en el horno un par de minutos antes de servir.



Raya al Vino Tinto

INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de filetes de raya, litro y medio de caldo de pescado, medio vaso de crema de leche, medio kilo de brécol, una cucharada de zumo de limón, una cucharada de perejil picado, ralladura de nuez moscada, un vaso de vino tinto, una cucharada de mantequilla, un manojo de cebolleta, una cebollita, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se cortan los ramos de brécol, se blanquean en agua hirviendo cinco minutos. Se reservan cuatro ramos para decorar. El resto se trocea y se tritura en una batidora con la crema de leche, la ralladura de nuez moscada, se salpimenta y se obtiene un puré que se reserva.

Se raspa la piel de la raya con un cuchillo hasta que quede transparente. Se lleva a una cazuela con el caldo y se cuece cinco minutos. Se reserva el pescado con el caldo. Se aparta medio vaso de caldo.

Se pelan la cebolla y las cebolletas, se pican y se saltean cinco minutos en la mantequilla. Antes de dorar se añade el medio vaso de caldo de cocer la raya, se reduce a la mitad por cochura. Se añade el vino tinto, se salpimenta y se reduce a la mitad otra vez.

Se emplata la raya en una fuente se riega con la salsa y se acompaña con el puré de brécol. Se riega con perejil.

Receta de Jaime El Isla de Isla Cristina (Huelva)



Raya Asada con Caponata

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho filetes de raya, dos berenjenas, dos tomates, una cebolla, una docena de aceitunas negras sin hueso, una cucharada de alcaparras, dos cucharadas de piñones, una cucharada de albahaca, dos cucharadas de vinagre balsámico, diez cucharadas de aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se corta la berenjena en rodajas, se llevan a un lebrillo pequeño, se riegan con agua con sal y zumo de limón, se dejan reposar una hora. Se sacan, escurren y secan con papel de cocina, se cortan en dados y se saltean en una sartén con seis cucharadas de aceite durante veinte minutos.

En sartén aparte con tres cucharadas de aceite se saltea la cebolla picada en juliana gruesa, cuando transparente se añaden el apio picado y los tomates picados sin piel ni pepitas, se cocina ocho minutos, se añaden los piñones, la albahaca, las aceitunas picadas, las alcaparras, el azúcar, el vinagre, sal y pimienta. Se rehoga unos minutos, se añade la berenjena, se liga y se le da un hervor. Se reserva.

Se raspan los trozos de raya hasta que la piel desaparezca en la practica, se escalda un minuto en agua con un chorrito de vinagre para matar el olor, se sacan, escurren y secan con papel de cocina, se pincelan con aceite y se marcan a la plancha cuatro minutos por cada lado.

Se reparte la caponata entre cuatro platos, se distribuyen los filetes sobre ella y se sirven.

Receta adaptada de una de la abuela Maria, ella le solía poner a la caponata huevos fritos o pescado azul a la plancha como caballa, jurel, tonino etc.



Raya Asada con Col y Salsa de Soja

INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de filetes de raya, medio repollo, jengibre fresco, dos cucharadas de perejil, aceite, una cucharada de aceite de sésamo, una taza de salsa de soja, media taza de agua, dos cucharadas de rábano rallado, una cucharadita de jengibre rallado, una cucharada de cebolleta fresca rallada, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se mezclan en un cuenco la salsa de soja con la media taza de agua, se le ligan la cebolleta rallada, el rábano rallado y el jengibre. Se reserva en salsera.

Se rehoga la col troceada en una sartén con cuatro cucharadas de aceite, se le ralla un trocito de jengibre fresco, se liga y se reserva.

Se raspan los filetes de raya con un cuchillo hasta que la piel casi desaparezca, se marcan a la plancha pinceladas con aceite ligado con media cucharadita de aceite de sésamo, cuatro minutos por cada lado.

Se emplatan los filetes de raya en platos individuales, se acompaña con la col y se riega con el perejil frito en dos cucharadas de aceite. Se sirven.

Raya Asada en Lata de Galletas

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, aceite, dos tomates y sal.

PREPARACIÓN:

Se quema un poco una lata grande (bien de galletas danesas, bien de caballa de dos kilos etc) al fuego, para que pierda la pintura, se raspa un poco con asperón, se lava y se seca. Hemos fabricado una plancha artesanal, bien para el campo, bien para la mar.

Se raspa la raya con un cuchillo hasta que la piel quede del grosor de un papel de fumar, se trocea, se embadurna en aceite y se colocan los trozos en la lata sobre unas ascuas, se les dan la vuelta de vez en cuando y una vez asados se sirven sobre unas rodajas de tomate crudo, aderezado con sal y aceite.

Esta receta nos la paso Antonio Sauci de Bonares (Huelva). Nos encanta por ser una receta antigua de cómo asar pescados con un rescoldo, cuatro piedras y una lata.

Raya Canaleta

INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de raya, un tomate, una cebolla, dos ajos, una cucharada de perejil, un vaso de vino, aceite, vinagre, ocho ostiones, medio vaso de vino manzanilla, dos cucharadas de harina de freír pescado, medio litro de leche, dos cucharadas de harina, cinco cucharadas de mantequilla, nuez moscada, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

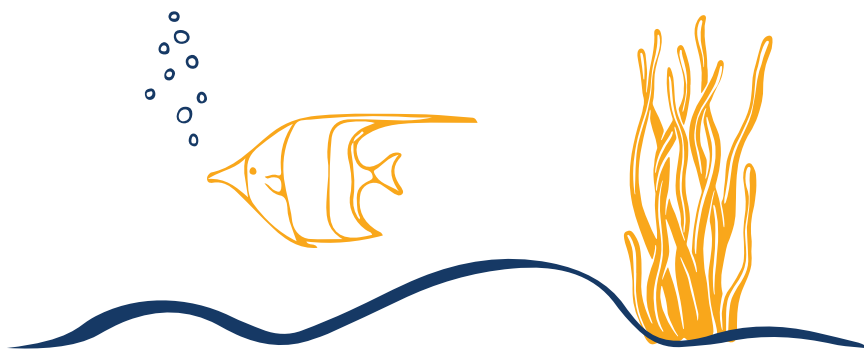
Se abren los ostiones con unas gotas de agua y el vino blanco. El caldo se cuela y se reserva. Los ostiones, se sacan de la cáscara y se pican a cuchillo, se reservan.

En una sartén con la leche, el caldo de abrir los ostiones, la mantequilla y la harina, se liga una salsa bechamel, se le añaden los ostiones picados, se traba una salsa y se reserva.

Se raspan los trozos de raya hasta que la piel desaparezca en la practica, se escalda un minuto en agua con un chorrito de vinagre para matar el olor, se saca, escurre y seca con papel de cocina, se reserva.

En una sartén con cuatro cucharadas de aceite se saltea la cebolla picada en juliana junto a los ajos, cuando transparente se le añade el tomate picado sin piel ni pepitas, se cocina ocho minutos y se riega con el vino. Cuando rompa a hervir se añaden los filetes de raya, se hacen cuatro minutos por cada lado, se sacan y se sirven en platos individuales sobre la farsa y acompañados de la salsa.

Receta recogida en Punta Umbría (Huelva). Esta receta tiene una mezcla de sabores que la hace muy interesante. Hay otra muy parecida pero emplea una salsa a base de chirlas



Raya con Ajada

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya en porciones, un vaso de aceite, tres cebollas, medio kilo de patatas, vinagre, cuatro dientes de ajo, cucharada y media de perejil, una cucharada de pimentón, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se cuecen en una cazuela con agua las patatas cortadas en cascós junto a dos cebollas cortada en rodajas, los dientes de ajo cortados en láminas, el perejil, sal y pimienta.

Se raspa la raya con un cuchillo hasta dejar la piel fina como el papel de fumar, se escalfa en una cazuela con agua y un chorrito de vinagre, se cambia el agua y se añade a la cazuela con las patatas cuando estas lleven diez minutos de cochura, se les dan diez minutos más, se dejan reposar en la cazuela unos minutos.

En una sartén con aceite se saltean una cebolla picada en juliana, tres dientes de ajo picados; se retira casi toda el agua de la cazuela se llevan a una sopera o fuente honda de servir, se le vierte la ajada y se remueve, se deja reposar y se sirve.

Receta de origen Balear recogida en el Hotel Isla Cristina Palace a su Cheff Don Manuel

Raya con Avellanas

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya en porciones, dos puerros, cien gramos de avellanas, un tomate, un vaso de leche, una copa de vino de Jerez seco, un limón, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya con un cuchillo hasta dejarla fina como el papel de fumar, se escalfa en una cazuela con agua y un chorrito de vinagre, se cambia el agua y se cuece cinco minutos en agua con zumo de limón; se saca del agua y se reserva en una cazuela de barro.

En sartén aparte con aceite se rehogan los puerros cortados en rodajas junto a las avellanas levemente majadas, el tomate picado sin piel ni pepitas durante ocho minutos. Se pasa por el turmix junto a la leche y el vino.

Se vierte la salsa sobre la raya, se cocina diez minutos a fuego muy lento y se sirve.

Raya con Bechamel

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, ciento cincuenta gramos de champiñones, cuatro cucharadas de queso rallado, dos nueces de mantequilla, una rama de perejil, dos vasos de bechamel, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpia el pescado, se trocea en trozos pequeños, se escalda en una cazuela con la rama de perejil, la cebolla cortada en cascots, la hoja de laurel, sal y pimienta. Cuando rompa a hervir se retira y se deja enfriar en la cazuela con el agua. Se saca del caldo, se le quita la piel y se lleva a una fuente de horno engrasada con mantequilla.

Se cortan los champiñones cortados en láminas, se saltean en una sartén con mantequilla, se añade a la bechamel en caliente, se salpimenta y se riega sobre la fuente sobre el pescado, se colocan unos trocitos de mantequilla sobre ella.

Se lleva la fuente al horno, se gratina y cuando dore el pescado se retira y se sirve.

Se le pueden añadir unas gotas de tabasco a la mayonesa, le da un toque picante y varía bastante el sabor

67
...

Raya con Boletos



INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de raya, un cuarto de kilo de boletos, tres cebollas, un vaso de caldo de carne, un vaso de vino blanco, aceite suficiente, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan las presas de raya con un cuchillo hasta que la piel quede transparente.

En una cazuela de barro se pocha la cebolla picada en juliana en tres cucharadas de aceite hasta que tome color oscuro.

Se añaden las setas limpias y picadas, se saltean dos minutos, se riegan con el caldo y el vino, se cuecen veinte minutos, se reduce aproximadamente a un tercio del volumen inicial; se añade la nata, se cuece cinco minutos y se sirve.

Receta recogida en las III Jornadas del Mar de Salobreña

Raya con Cebollas

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho piezas de raya, dos cebollas, cuatro cucharadas de aceite, una copa de oloroso seco, cominos, una cucharada de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan los filetes de raya con un cuchillo hasta que la piel quede como papel de fumar, se escalda en agua hirviendo con una cucharada de vinagre un minuto, se saca y se reserva.

En una cazuela de barro, se saltean las cebollas picadas en juliana, se aderezan con cominos, sal y pimienta. Cuando comiencen a pochar, se añaden las presas de raya, se riegan con el vino y unas cucharadas de agua; se cocinan a fuego lento cinco minutos por cada lado y se sirven en la cazuela.

68
...

Raya con Champiñones

INGREDIENTES: (4 personas)

Cuatro porciones de raya de unos ciento cincuenta gramos cada una, trescientos gramos de champiñones, un pimiento morrón, un limón, dos dientes de ajo, un vaso de vino, un vasito de aceite, perejil, trescientos gramos de patatitas francesas, sal.

PREPARACIÓN:

Se rasca la raya hasta que la piel quede transparente, de adereza de sal y pimienta, se reserva.

Se cortan los champiñones en láminas. En una cazuela con aceite se fríen ligeramente los dientes de ajo picados y el perejil. Se añaden los champiñones, se riegan con el zumo del limón y se dejan cocer unos minutos.

Se colocan encima de los champiñones las porciones de raya, se riegan con el vino y se dejan cocer como un cuarto de hora. Se emplatan en una fuente, se adornan con tiras de pimiento y se acompañan con patatitas cocidas de guarnición.



Raya con Crema de Champiñones

INGREDIENTES: (4 personas)

Doce presas de raya, doce cucharadas de aceite, cuatro dientes de ajo, medio kilo de champiñones, una yema de huevo, dos vasos de fumé de pescado, una copa de coñac, una cucharada de culantro, dos cucharadas de leche Ideal, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya hasta que la piel quede transparente, se adereza de sal y pimienta, se reserva.

En una cazuela de barro con aceite se doran los ajos cortados en láminas; se añade la raya se dora cuatro minutos por cada lado, se saca, se reboza en huevo batido y se vuelve a la olla.

Se llevan los champiñones al turmix, se añaden el fumé, el coñac, la leche Ideal; se trituran y se riega la raya con el batido, se cocina cinco minutos, se espolvorea con culantro y se sirve.

Receta recogida en el Rompido (Huelva)

69
...

Raya con Fideos y Vinagreta

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, un litro de caldo corto, una naranja, un limón, tres hebras de azafrán, tres gotas de tabasco, tres cucharadas de aceite balsámico, nueve cucharadas de aceite de oliva, un cuarto de kilo de tallarines, aceite de freír, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se cuecen los fideos en una cazuela con agua, una cucharada de aceite y sal, siguiendo las instrucciones del fabricante impresas en el paquete, una vez cocidos se saltean en aceite y se reservan.

Se trocea la raya, se raspa hasta que casi desaparezca la piel, se llevan a una cazuela con agua y vinagre, se escaldan un minuto. Se retira el agua con vinagre, se cuecen ocho minutos en el caldo corto, se les quita la espina y se reservan.

Se traba una vinagreta con nueve cucharadas de aceite, tres de vinagre, el zumo de naranja, el tabasco, el azafrán, sal y pimienta.

Se reparten los tallarines en cuatro platos, se colocan las presas de raya sobre ellos, se riegan con la vinagreta y se sirven.

Receta recogida en FAMAR 2.008

Raya con Grosellas

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya de media ración, dos bulbos de hinojo, un cuarto de kilo de grosellas, dos cucharas de vinagre de sidra, dos cucharadas de aceite de oliva, una cucharada de culantro, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se pelan los bulbos de hinojo, se cortan en rodajas muy finas y se cuecen el vapor un cuarto de hora, se salpimentan y se reservan.

Se limpian las presas de raya, se raspa la piel con un cuchillo puntilla hasta que desaparezca en la practica, se escaldan en agua con vinagre treinta segundos, se sacan, se escurren, se secan y se pincelan con aceite. Se marcan las presas en una sartén cinco minutos por cada lado pincelando con aceite si hace falta, se sacan, y se reservan.

Se baten las grosellas, se cuecen y se lleva el zumo a un cazo con el vinagre, sal y pimienta, se reduce a la mitad.

Se emplatan los filetes de raya, se rodean con el hinojo y se riegan con la reducción de grosella.

Receta de origen francés recogida en Huelva. Es una de las pocas recetas que cuelgo sin haberlas probado, es que no me gusta el sabor de las grosellas, lo encuentro muy ácido, además me sientan muy mal



Raya con Guisantes a la Crema

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, trescientos gramos de guisantes cocidos, cuatro dientes de ajo, perejil, doce almendras tostadas, un vaso de nata líquida, un vasito de vino blanco, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpia la raya, se raspa la piel hasta que quede transparente y se corta en tacos. Se reserva.

Con las almendras, el ajo, el perejil y el vino se trabaja una picada, se riega con la nata líquida.

Se colocan en una fuente las porciones de raya salpimentadas y con unas gotas de aceite, se recubren con la picada y se introducen en el horno a unos doscientos grados, dejando cocer como un cuarto de hora.

Se emplatan las porciones de raya con los guisantes, se riegan con la salsa resultado de la cocción, se gratina durante unos dos o tres minutos y se sirven.

71
...

Raya con Huevos Fritos y Patatas

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya de cien gramos cada una, ocho huevos, tres patatas, aceite, harina de freír pescado y sal.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya con un cuchillo hasta que la piel quede totalmente transparente, se reboza con harina de freír pescado y se fríe en aceite de oliva. Se reservan las presas.

Se pelan las patatas, se trocean y se fríen en el aceite, se fríen los huevos y se emplatan las presas de raya, los huevos y las patatas, se aderezan con sal y se sirven.

Receta del Club de Pesca Isleño en Isla Cristina (Huelva)

Raya con Mantequilla

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, dos vasos y medio de vino blanco, una zanahoria, dos hojas de laurel, una cebolla, dos ramas de apio, dos cucharadas de vinagre, cinco nueces de mantequilla, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya con un cuchillo hasta que la piel quede totalmente transparente, se cuece en una cazuela con litro y medio de agua, el vino, la zanahoria cortada en rodajas, el apio troceado, la cebolla cortada en cascos, sal y pimienta. Se le da un hervor de media hora, se deja enfriar en la misma cazuela, se saca, se escurre, se cortan en rodajas y se emplatan en una fuente. Se reservan.

Se funde la mantequilla en un cazo, se le añaden el vinagre, sal y pimienta y se vierte sobre el pescado, se sirve con acompañamiento de arroz cocido.

Raya con Mantequilla Negra

INGREDIENTES: (6 personas)

Dos kilos de raya, sal gorda, dos vasos de vino o vinagre.

Para la salsa: Un paquete de mantequilla, un puñado de hojas de perejil fresco, tres cucharadas soperas de alcaparras, seis cucharadas de vinagre de vino tinto, sal y pimienta.

PREPARACIÓN: Sic

“Lavar la raya para eliminar toda la viscosidad que la envuelve. A continuación. Escurrirla y secarla con un paño de cocina. Cortarla en trozos de 300 gr por persona aproximadamente.

Hervir en una cazuela agua con sal y vinagre o vino. Escalfar la raya en este caldo, a fuego medio de 7 a 10 m, según el tamaño de los trozos. Escurrirla en un paño y retirarle la piel de ambas caras.

Después, poner, mientras cuece la raya, mantequilla en un cacito a fuego suave. Dejar que se derrita y tome un ligero color avellanado sin que llegue a quemarse.

Incorporar entonces el perejil, las alcaparras y el vinagre. Salpimentar. Servir acompañada, si se quiere, de unas patatitas cocidas en el mismo caldo de la raya.

Si la salsa queda corta, una solución es añadir un poco del caldo donde cociste la raya y una cucharadita más de mantequilla."

Receta de Isabel Díaz de Isla Cristina (Huelva) recogida en el Mercado Nuevo

Raya con Nueces



INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya, tres cucharadas de harina, dos limones, cinco nueces de mantequilla, tres cucharadas de aceite, caldo de pescado, medio vaso de vino del Condado, un trozo de hígado de raya, una docena de nueces sin cáscara, nuez moscada, sal y pimienta.

73
...

PREPARACIÓN:

Se limpia la raya, se raspa con un cuchillo hasta que la piel queda blanca y se macera con el zumo de los dos limones durante media hora.

Se cuece el hígado de la raya en un cazo con caldo de pescado, se maja en un almirez con las nueces peladas, sal, pimienta y una chispa de caldo de pescado.

En una cazuela de barro con mantequilla se riega un poco de caldo de pescado, se incorpora la harina, se liga y se colocan los filetes de raya, se rectifica de sal y pimienta, se añade el majado y se ralla una chispa de nuez moscada, se cocina diez minutos y se sirve.

Este plato debe quedar levemente caldoso, si hace falta se añade una chispa más de caldo de pescado, la receta es de nuestra amiga María de las Mercedes de Isla Cristina (Huelva)



Raya con Patatas

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, dos dientes de ajo, un vaso de vino blanco, un vaso de caldo de pescado, medio vaso de aceite, perejil, dos limones, sal y pimienta.

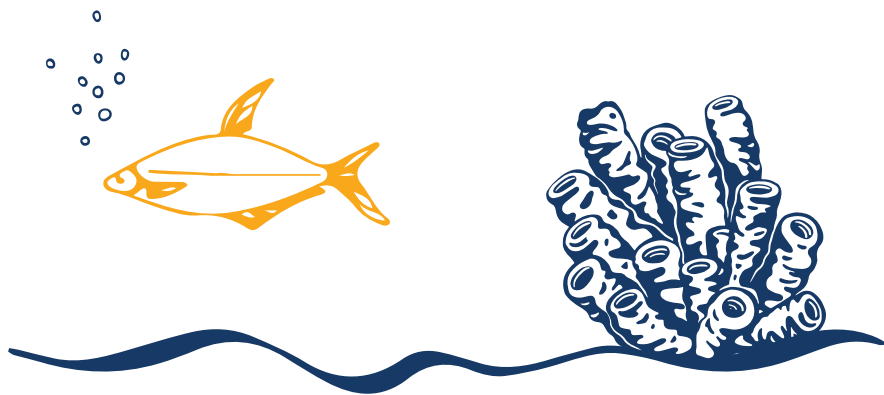
PREPARACIÓN:

Se limpia la raya, se raspa con un cuchillo hasta que la piel queda blanca, se trocea y se macera con el zumo de los dos limones durante media hora.

Se pelan las patatas, se cortan en rodajas gruesas y se llevan a una cazuela de barro con la mitad del aceite, se sazona y se añade el caldo, se cuece a fuego lento.

Pasados diez minutos se añade la raya y se deja cocer diez minutos más para que las patatas se impregnen con la gelatina del pescado.

En una sartén con el resto del aceite se doran los ajos picados, se añade el vino, se reduce a la mitad, se añade el perejil picado y se sirve el pescado con las patatas regadas con la salsa.



Raya con Patatas a la Isleña

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, dos huevos, ocho dientes de ajo, dos limones, medio vasito de aceite de oliva, medio kilo de patatas, doscientos gramos de almendras, una rebanada de pan, perejil, hierbabuena, canela, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpia la raya, se raspa con un cuchillo hasta que la piel queda blanca, se trocea y se macera con el zumo de los dos limones durante media hora.

Se pelan las patatas, se cortan en rodajas. En una cazuela se les da un corto hervor con agua y sal, se reservan; en el mismo agua se le da un hervor corto a los trozos de raya.

En una sartén se fríen las almendras y los ajos picados. Una vez fritos se majan en un almirez junto al perejil y la hierbabuena. Se baten los huevos, se baten al almirez, se continua majando y se añade un poco del caldo de macerar la raya.

En una cazuela de barro se colocan en el fondo las rodajas de patata, sobre ellas las presas de raya. Se riegan con el majado y un poco del caldo de cocer la raya; se salpimientan, se añade la canela y se deja cocer a fuego muy lento, un cuarto de hora. Se sirve caliente.

75
...

Raya con Patatas en Amarillo

INGREDIENTES: (4 personas)

Medio kilo de raya, tres cuartos de kilo de patatas, cuatro dientes de ajo, perejil, un vaso de aceite de oliva, media pastilla de caldo de pescado, azafrán, agua y sal.

PREPARACIÓN:

Se escalda la raya en agua hirviendo, se pela y se le quita el cartílago. Se trocea en trozos pequeños y se reserva.

En una cazuela con aceite, se rehogan los dientes de ajo troceados y los trozos de raya. Se pelan las patatas, se trocean y se añaden a la cazuela, se cubren con agua, se añade la media pastilla de caldo disuelta en agua y se deja cocer algo más de un cuarto de hora, se rectifica de sal, se añaden el azafrán, el perejil picado y se deja que cueza un par de minutos más. Se sirve caliente.

Raya con Puré de Acederas

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho porciones de raya, un kilo de hojas de acedera, nuez y media de mantequilla, una cucharada de harina, un vaso de leche, dos cucharadas de nata líquida, nuez moscada, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se lava la acedera, se escurre y se pica a cuchillo. Se saltea a fuego lento diez minutos en una sartén con la mantequilla, se salpimenta, se adereza con nuez moscada y se termina la cochura hasta que reduzca totalmente el agua.

Se espolvorea con harina, se mezcla con la leche y la nata líquida, se cocina a fuego lento hasta trabar el puré, se reparte entre cuatro platos.

Se raspan los filetes de raya con un cuchillo, hasta que la piel quede transparente. Se lavan, se escurren y se secan con papel de cocina. Se llevan a una sartén con aceite y se doran tres minutos por cada lado, hasta que doren y queden crujientes. Se sacan, se salpimentan, se emplatan sobre el puré de acederas y se sirven.

Raya con Salsa de Aceitunas

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho filetes de raya, cuatro patatas, cincuenta gramos de aceitunas sin hueso, un diente de ajo, una lata de filetes de anchoa, una cucharada de perejil picado, un vasito de aceite de oliva, un vasito de salsa vinagreta, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se trituran las aceitunas con el diente de ajo, el perejil y el vasito de aceite en el vaso de la batidora, se añaden la mitad de las anchoas y el aceite de la lata, se vuelve a triturar se salpimenta y se sirve. Las anchoas restantes se reservan para adornar.

Se cuecen las patatas en agua con sal veinte minutos, se pelan, se cortan en rodajas y se riegan con vinagreta, se reservan que tomen un poco el sabor.

Se raspan los filetes de raya con un cuchillo, hasta que la piel quede transparente. Se lavan, se escurren y se secan con papel de cocina. Se llevan a una sartén con aceite y se doran tres minutos por cada lado, hasta que doren y queden crujientes. Se sacan, se salpimentan y se emplatan sobre las rodajas de patata, y se riegan con la salsa de aceitunas.

Receta Isleña de Rosa Vidal. Si a las patatas se les espolvorea culantro antes de regarlas con la vinagreta, el plato mejora sensiblemente

Raya con Salsa de Alcaparras

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, medio vaso de aceite, una cucharada de vinagre, un vaso de vino, una cucharada de alcaparras, un pepinillo, una cucharada de perejil, medio vaso de crema de leche, harina, sal y pimienta.

77
...

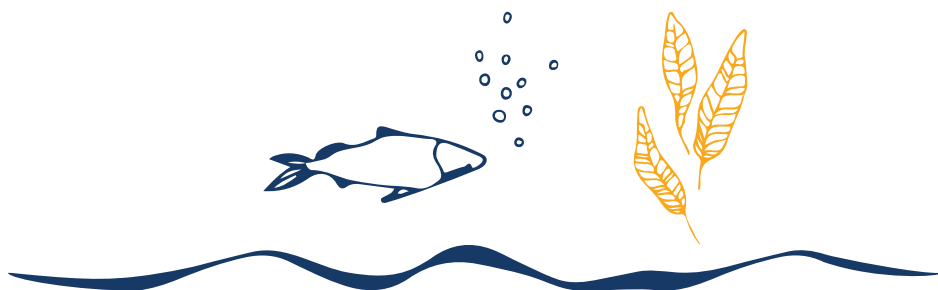
PREPARACIÓN:

Se raspan los trozos de raya hasta que prácticamente no les quede piel, se lavan, escurren y secan con papel de cocina; se pasan por harina y se fríen, cuatro minutos por cada lado en una sartén amplia con aceite.

Se retira el pescado, se cuele el aceite y se vuelve a la sartén; se añaden el vinagre, las alcaparras, el pepinillo picado y se cocina tres minutos.

Se riega con el vino, se deja reducir, se añade la crema de leche y se trabaja una salsa. Se salpimenta, se colocan los trozos de raya, se les da un hervor y se sirven.

Receta recogida en FAMAR 2.008 se pueden servir espolvoreados de cebollino picado o culantro picado a cuchillo



Raya con Salsa de Hígado

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, su hígado, una docena de almendras tostadas, un vaso de vino blanco, dos cebollas, dos dientes de ajo, una hoja de laurel, una cucharada de perejil, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se trocea la raya, se raspa hasta que casi no quede piel, se lleva a una cazuela con el perejil, media cebolla cortada en cascotes y la hoja de laurel. Cuando rompa a hervir se retira y se deja enfriar, se saca y se reserva.

Se majan en un almirez el hígado y las almendras, se salpimenta

Se saltean en una sartén con aceite la cebolla picada a cuchillo y los ajos. Cuando comience a dorar se añade el majado y se cocina todo unos minutos. Cuando la salsa este a punto se riega sobre el pescado y se sirve.

78
...

Es una de las recetas más populares de la Zona de la Costa de Huelva



Raya con Salsa de Naranja

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, cinco nueces de mantequilla, cuatro cucharadas de aceite, dos vasos de zumo de naranja, una cucharada de maicena, un diente de ajo, una cucharada de perejil, una cucharada de harina, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan los filetes de raya con un cuchillo, hasta que la piel quede transparente. Se lavan, se escurren y se secan con papel de cocina. Se llevan a una sartén con dos cucharadas de aceite y mantequilla, se doran cuatro minutos por cada lado, hasta que doren y queden crujientes. Se sacan, se reservan.

En un cazo con aceite se saltea el ajo picado, se le añaden el zumo de naranja, la maicena y se trabaja una salsa.

Se emplatan los filetes de raya en cazuelitas de barro, se cubren con la salsa se les da un golpe de calor y se sirven en la misma cazuelita.

Esta receta me la ha mandado por e.mail un colega albondiguilla

Raya con Setas y Guisantes

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, dos cebolletas, un cuarto de kilo de guisantes cocidos, un cuarto de kilo de setas, un vaso de vino blanco, una cucharada de harina, un tomate, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan los filetes de raya con un cuchillo, hasta que la piel quede transparente. Se lavan, se escurren y se secan con papel de cocina. Se reservan.

En una sartén con aceite, se saltean la cebolleta picada y el tomate picado sin piel ni pepitas, pasados diez minutos, se añade la harina, se riega con el vino, se cocina tres minutos y se añaden las setas picadas. Se riega con un vaso de agua y se cocina hasta que estén hechas las setas.

Se añaden los trozos de raya, se cocinan cinco minutos por cada lado, se añaden los guisantes, se salpimientan y se cocinan unos minutos.

79
...

Raya con Setas y Habas Baby

INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de raya, un cuarto de kilo de setas, un cuarto de kilo de habas baby, dos cebolletas, un tomate, aceite, una cucharada de harina, un vaso de vino blanco, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan los filetes de raya con un cuchillo, hasta que la piel quede transparente. Se lavan, se escurren y se secan con papel de cocina. Se reservan.

Se cuecen los habas baby en una cazuela con agua y sal, se escurren y se reservan.

Se saltea la cebolla picada en cuatro cucharadas de aceite, cuando blanquee se añade el tomate picado sin piel ni pepitas, se cocina ocho minutos, se salpimienta, se añaden la harina y el vino, se reduce un par de minutos, se añaden las setas troceadas, se riega con un vaso de agua.

Cuando las setas estén hechas se añaden los filetes de raya, se cocinan cinco minutos por cada lado, se añaden las habas, se cocina unos minutos hasta que estén hechas, se salpimientan y se sirven.

Raya con Tomate

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de filetes de raya, un litro de zumo de tomate, tres cebollas, una cucharada de perejil picado, una rama de tomillo, una hoja de laurel, seis dientes de ajo, alcaparras, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

En una cazuela de barro se ponen el perejil picado, los ajos picados, cinco vasos de zumo de tomate, las cebollas picadas, las hojas de laurel y la rama de tomillo. Se tapa la cazuela y se lleva al fuego, se cuece veinte minutos.

Se raspan los filetes de raya con un cuchillo, hasta que la piel quede transparente. Se lavan, se escurren y se secan con papel de cocina. Se llevan a la cazuela, se colocan sobre la salsa y se cuecen diez minutos.

Se emplatan individualmente, se riegan con la salsa y se espolvorean con perejil, se sirven.

80
...

Receta recogida en el Bar Arco Iris de Isla Cristina (Huelva)

Raya en Ajada



INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, medio kilo de patatas, una cebolla, seis dientes de ajo, una hoja de laurel, aceite, una cucharada de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se escalda la raya en agua hirviendo con una cucharada de vinagre, se pela y se le quita el cartílago. Se trocea en trozos pequeños y se reserva.

Se cuecen las patatas en agua con sal y la hoja de laurel, pasados diez minutos se adiciona la raya, se deja cocer otros diez minutos y se sacan las patatas y la raya. Se emplatan las patatas debajo y la raya encima. Se reservan.

En una sartén con aceite, se rehogan la cebolla picada, los ajos picados. Cuando están fritos, se vierte la fritada por encima y se sirve.

Receta de Pilar Díaz de Isla Cristina (Huelva)

Raya en Crema de Berros

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho trozos de raya, aceite, harina de freír pescado, tres cucharadas de vinagre, una hoja de laurel, treinta gramos de berros, cincuenta gramos de mayonesa, doscientos gramos de queso crema, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan las presas de raya hasta dejar la piel casi inexistente, se escalfa seis minutos en una cazuela con agua y vinagre, se sacan, escurren y se llevan a una fuente de horno engrasada.

Se pican los berros, se ligan con la mayonesa, con el queso cortado en daditos, sal y pimienta. Se lleva a la batidora y se tritura, se traba una crema de berros.

Se cubre el pescado con la crema y se lleva al horno a ciento ochenta grados, se gratina unos minutos y se sirve.

Receta de Isabel Ochio de Mar de la Plata en Argentina. La receta la recogimos en Isla Cristina (Huelva) en el Bar de Pepín en la Plata Central

81
...

Raya en Escabeche

INGREDIENTES: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de raya, tres tomates, una cebolla, dos hojas de laurel, un kilo de patatas, dos pimientos, una cabeza de ajo, aceite, dos cucharadas de perejil, una chispa de comino, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya con un cuchillo hasta dejar la piel como el papel de fumar, se escalfa un minuto en una cazuela con agua y una cucharada de vinagre para eliminar el tufillo. Se saca y se reserva.

Se prepara un picadillo con los tomates, los pimientos y la cebolla. Se lleva a una cazuela de barro con aceite, se incorporan el laurel, los ajos picados menos cuatro dientes que se reservan, se rehoga un par de minutos, se añaden las patatas troceadas en cascós pequeños, se cubre con agua y se le da una cochura de un cuarto de hora.

Se majan cuatro dientes de ajo en un almirez junto al comino y el perejil, se añaden un par de cucharadas de agua y se vierte en la cazuela; se incorpora el pescado, se cocina cinco minutos y se sirve.

También se puede hacer con un escabeche clásico

Raya en Escabeche de Cominos

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de filetes de raya, tres cebollas, un vaso de vinagre de sidra, dos vasos de vino blanco, una cucharada de cominos molidos, seis granos de pimienta negra, un clavo, una hoja de laurel, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se confitan las cebollas en una cazuela de barro con ocho cucharadas de aceite sin que rompa a hervir, pasada media hora se riega el vinagre y pasados cinco minutos el vino, el comino molido, los granos de pimienta, el clavo, el laurel, sal y pimienta; se cocina ocho minutos.

Se raspan los filetes de raya hasta que desaparezca la piel en la practica, se añaden los filetes de raya, se cubren con agua y se llevan al fuego hasta que rompa a hervir, se cocinan cinco minutos, se retira del fuego y se deja que enfríe. Se sirve en la misma cazuela de barro.

Esta receta tiene una variedad y es añadir una cucharada de mezcla de especias morunas por el comino

Raya en Salsa de Cebolla



INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, una cebolla, una cucharada de mantequilla, una cucharada de harina, un vaso de caldo, medio vaso de vino fino, tres cucharadas de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpia la raya de piel raspando con un cuchillo, cuando quede totalmente transparente, pero sin romper, se lava con abundante agua y sal. Se escalda un minuto en una cazuela con agua con vinagre, se saca y se reserva en una fuente engrasada de horno.

Se rehoga la cebolla picada en un cazo con mantequilla, se añade una cucharada de harina, se continua el rehogado cinco minutos. Se incorpora el caldo poco a poco, se salpimenta, se añade el vino fino, se reduce para que espese la salsa a nuestro gusto.

Se riegan los filetes de raya con la salsa, se llevan al horno durante diez minutos, se sacan y se sirven en la misma fuente.

Raya en Salsa de Frambuesa

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de presas de raya, cuatro huevos duros, una cebolla, una hoja de laurel, un vaso de aceite, un tercio de vaso de vinagre, un puñado de frambuesas, una cucharada de perejil, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

En un cuenco se mezclan el vinagre, el aceite, las frambuesas machacadas en un almirez junto al perejil, sal y pimienta; se traba una vinagreta y se reserva.

Se raspa la raya hasta que no le quede casi piel, se escalda un minuto en agua con vinagre para quitarle el “saborcillo”, se cambia el agua y se cuece diez minutos con la cebolla cortada en cascós, el laurel, sal y pimienta.

Se emplatan las presas individualmente, se acompañan con huevo duro cortado en cuartos y se riegan con la vinagreta.

Ignoro la procedencia de la receta, pero tiene una nota que dice “ con fresas también”

83
...

Raya en Salsa de Mantequilla

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, el hígado de la raya, cien gramos de mantequilla, un vasito de vinagre, una cucharada de culantro picado, una cucharada de orégano, una cucharada de perejil, dos hojas de laurel, un trocito de limón, un clavo de especias, media rebanada de pan frito, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpia la raya de piel raspando con un cuchillo, cuando quede totalmente transparente, pero sin romper, se lava con abundante agua y sal. El hígado se limpia y se trocea.

Se llevan las presas de raya a una cazuela, con el vinagre, el orégano, el laurel, el trocito de limón con el clavo pinchado, sal y pimienta. Cuando rompa a hervir, se sacan las presas y se reservan en una fuente.

En un cazo se pone la mantequilla a hervir, cuando rompa, se le añade el pan frito machacado en un almirez, con dos cucharadas de vinagre. Se liga íntimamente, se riegan las presas de raya y se le espolvorea culantro molido, y se sirve caliente.

Receta de nuestra amiga María Mercedes de Isla Cristina (Huelva)

Raya en Salsa Isleña

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de trozos de raya, una ñora, dos cucharadas de piñones, seis dientes de ajo, una cebolla, medio vaso de vino blanco, dos cucharadas de almendras, una cucharada de perejil, un picatoste, una pastilla de caldo de pescado, aceite, harina de freír pescado, dos cucharadas de vinagre, medio kilo de patatas, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan los trozos de raya hasta que la piel desaparezca casi por completo, se lavan, escurren, secan, se pasan por harina de freír pescado y se fríen en una cazuela con aceite muy caliente.

Se hidrata la ñora toda la noche, se raspa la carne y se saltea en una sartén con una chispa de aceite junto a los piñones, los ajos y las almendras, se llevan a un almirez, se majan junto al picatoste.

En una sartén con aceite se saltea la cebolla cortada en juliana, cuando transparente se añade la patata cortada en rodajas finas, se rehogan, riega con el vino y el majado, cuando reduzca el vino se añade la pastilla de caldo desleída en unas cucharadas de agua, se deja hervir unos minutos, se rectifica de sal, pimienta y vinagre, se deja cocer unos minutos, se añade el pescado, se espolvorea con perejil picado, se cocina hasta que el pescado este en su punto, se retira del fuego, se deja reposar cinco minutos y se sirve.

Raya en Salsa Picante

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, cuatro cucharadas de mantequilla, tres cucharadas de harina fina, una zanahoria, cien gramos de tocino, una cebolla, dos vasos de caldo, un vasito de vinagre de Modena, dos escalonias, cuatro pepinillos en vinagre, una cucharada de perejil, un rollo de hierbas aromáticas, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpia la raya de piel raspando con un cuchillo, cuando quede totalmente transparente, pero sin romper, se lava con abundante agua y sal, se trocea en porciones. El hígado se limpia y se trocea.

Se cuece en agua con una hoja de laurel. Cuando este cocida en su punto se reservan las porciones en una fuente al calor.

Se pelan la zanahoria y la cebolla, se pican en juliana corta, se trocea el tocino en dados minúsculos, se añaden los trozos de hígado, se ligan.

En una olla de barro se derrite la mantequilla, se dora el picado y cuando comience a pochar, se añade la harina; se remueve hasta que dore. Se riega con el caldo, el rollo de hierbas y perejil picado se cuece a fuego lento media hora.

Se pican las escalonias, se llevan a un cacillo, se espolvorea una chispita de piri-piri y se cuecen en el vinagre hasta que reduzca a tres cucharadas. Se añade a la olla de barro. Se le dan unas vueltas, se quitan las hierbas aromáticas y se pasa por el chino.

Se añaden los pepinillos picados y se riegan las presas de raya.

Receta familiar



Raya en Salsa Verde

85
...

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho tajadas de raya de unos cien gramos cada una, cuatro dientes de ajo, un vasito de aceite, perejil, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspa la raya hasta que la piel quede transparente, se salpimenta y se reserva.

En una cazuela de barro con aceite se añaden los ajos y el perejil bien picados, se frien un poco sin que lleguen a dorar.

Se añaden las tajadas de raya y se cocinan como diez minutos, vertiéndoles por encima la salsa de vez en cuando. Se sirven calientes.



Raya Frita con Ajos y Guindilla

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, cien gramos de harina de freír pescado, una cabeza de ajo, dos guindillas, una cucharadita de vinagre, dos vasos de vino blanco, aceite, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se saltean los ajos en una sartén con cuatro cucharadas de aceite junto a las guindillas, pasados un par de minutos se añaden el vinagre y el vino, se cocina ocho minutos y se trabaja una salsa. Se reserva.

Se raspan las presas de raya hasta que parezca que no tienen piel, se escaldan en agua hirviendo con un chorro de vinagre medio minuto, se sacan, se secan, se pasan por harina de freír pescado y se fríen en aceite muy caliente, se sacan se reparten entre cuatro platos, se riegan con la salsa y se sirven

86
...

Raya Frita con Pimientos Verdes

INGREDIENTES: (4 personas)

Cuatro rayas de ración, ocho pimientos verdes, dos patatas, un manojo de espinacas, dos dientes de ajo, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan las presas de raya hasta que parezca que no tienen piel, se escaldan en agua hirviendo con un chorro de vinagre medio minuto, se sacan, se secan, se confitan en aceite sin que llegue a hervir (más cocer que freír), se sacan se reparten entre cuatro platos, se acompañan con pimientos fritos, patatas confitadas, espinacas fritas y se sirven.

Receta recogida en el Restaurante Julias de Valle do Garrao – Almancil (Portugal)



Raya Gratinada

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho presas de raya, dos cebollas, un rollo de hierbas, aceite, tazón y medio de bechamel, mantequilla, queso rallado, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan las presas de raya con un cuchillo hasta que la piel quede transparente. Se escaldan tres minutos y se cuecen media hora en agua con sal, una cebolla cortada en cascós, el rollo de hierbas. Se escurren y se reservan en una fuente.

Se saltea una cebolla picada con aceite, se lleva a una fuente de horno como base, se colocan las presas de raya sobre ella, se cubre con la bechamel, se espolvorea con queso rallado y se colocan unas nueces de mantequilla.

Se gratina diez minutos y se sirve.

Receta recogida en el puesto de Sara en Isla Cristina (Huelva)



Raya Gratinada en Salsa de Cebolla

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho filetes de raya, cuatro cebollas, vaso y medio de leche Ideal, cuatro nueces de mantequilla, una hoja de laurel, tomillo, pan rallado, harina, un chorrito de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan los trozos de raya hasta que la piel quede como papel de fumar, se escaldan un minuto en agua hirviendo con un chorrito de vinagre y la hoja de laurel. Se sacan, se les dan unos cortes y se llevan a un lebrillo, se riegan con leche y se dejan macerar cuatro horas.

Se saca, se escurre y se lleva a una cazuela, se cubre con la leche, una hoja de laurel, tomillo y se cuece a fuego suave hasta que este cocida. Se saca y se reserva el caldo.

Se saltea la cebolla cortada en juliana, cuando comience a dorar se añade una cucharada de harina, se rehoga unos minutos, se añade el caldo de la cochura, se salpimenta y se trabaja una salsa cociendo diez minutos.

Se vierte la mitad de la salsa en una fuente de horno, se colocan las presas sobre ella, se cubre con el resto de la salsa, se espolvorea con pan rallado, se gratina al horno y se sirve.

Una de las formas más frecuente de cocinar la raya es con bechamel, por ello la receta tiene mil variantes

Raya Macerada en Leche

INGREDIENTES: (4 personas)

Ocho trozos de raya, dos vasos y medio de leche, harina de freír pescado, aceite, una cucharada de mantequilla, un limón, una cucharada de perejil, una hoja de laurel, un chorrito de vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan los trozos de raya hasta que la piel quede como papel de fumar, se escaldan un minuto en agua hirviendo con un chorrito de vinagre y la hoja de laurel. Se sacan, se les dan unos cortes y se llevan a un lebrillo, se riegan con leche y se dejan macerar cuatro horas.

Se sacan, escurren y secan, se pasan por harina y se fríen en una sartén con aceite y dos cucharadas de mantequilla. Se emplatan, se riegan con zumo de limón, se espolvorean con perejil picado a cuchillo y se sirven.

Esta misma receta la hemos encontrado en un foro de Internet como Raya a la Campesina. En Argentina también la denominan Raya a la Campesina

Raya Rellena de Calamar

INGREDIENTES: (4 personas)

Dos rayas grandes, medio kilo de calamares, cuatro cebollas blancas, seis bolsas de tinta de calamar, dos cucharadas de culantro, aceite, caldo corto de pescado, dos pimientos, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpian las rayas, se les quita el cartílago y se sacan cuatro filetes por pieza. Se raspan hasta que la piel queda transparente y se reservan.

En una cazuela de barro amplia, se prepara un fondo con la cebolla picada y el pimiento cortado en juliana fina, cuando poche se añade el calamar troceado, se salpimenta y se cocina cinco minutos.

Se napa un filete con la farsa, se cubre con el correspondiente y se cierra con palillos. Se llevan a una cazuela con el caldo corto de pescado, solo hasta que cubra los filetes, se les da un hervor de tres minutos, se sacan y se reservan.

Se añade al caldo la farsa sobrante y la tinta de calamar, se reduce a una salsa. Se emplata la salsa en platos individuales, se coloca un filete relleno y se sirve.

La receta es muy parecida a la de raya rellena con choco



Raya Rellena de Choco

INGREDIENTES: (4 personas)

Cuatro presas de ración, medio kilo de choco, dos cebollas, dos dientes de ajo, dos pimientos, dos bolsas de tinta, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se raspan las presas de raya con un cuchillo hasta que la piel quede transparente. Se escaldan tres minutos y se cuecen media hora en agua con sal. Se elimina el cartílago.

En una olla de barro con aceite se prepara un fondo con la cebolla y el ajo, se añade el choco picado a cuchillo, cuando este hecho, se rellena la raya, se cierra con palillos, se lleva a la olla y se cubre de fumé, se cuece cinco minutos.

Se saca la raya y se lleva a una fuente; se lleva el caldo a un cazo, se añaden la tinta y el aceite, se reduce a salsa, se riega la raya y se espolvorea con el culantro. Se sirve.

90
...

Receta de Pedro Soares recogida en Vila Nova de Cacela

Raya sobre Crema de Garbanzos

INGREDIENTES: (4 personas)

Medio kilo de garbanzos, medio kilo de raya en porciones, cuatro dientes de ajo, una cucharada de ajonjolí molido, seis cucharadas de aceite, dos cucharadas de zumo de limón, vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se llevan los garbanzos a una palangana con agua, dándole varias aguas durante ocho horas. Se sacan y se reserva la ultima aguada.

Se cuecen los garbanzos con el agua de la ultima aguada, se escurren y se pasan por el chino, se llevan a un dornillo, y se les liga el aceite poco a poco, como si fuese mayonesa, se le añaden el ajonjolí y dos dientes de ajo pasados por un almirez y con una chispa de aceite. Se riega con el zumo de limón, se salpimenta y se deja de remover. Se deja reposar media hora mientras se prepara la raya.

Se escalda la raya cortada en porciones en agua con unas cucharadas de vinagre tres minutos; se quitan la piel y la espina, se corta en bastones y se saltean en aceite con láminas de ajo, se retiran del fuego, se riegan con el pimentón, se vierte sobre el humus y se sirve.

Esta receta es la adaptación de una que tomamos en Tebas (Egipto)

Raya Tostada

INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya en porciones, un huevo, pan rallado, dos vasos de salsa picante, un vaso de vino blanco, una cebolla, una cucharada de perejil, mantequilla, aceite, tres cucharadas de tomate frito, dos cucharadas de azúcar, una cucharada de vinagre, un diente de ajo rallado, una cucharadita de tabasco, una cucharadita de aceite de oliva, sal y pimienta.

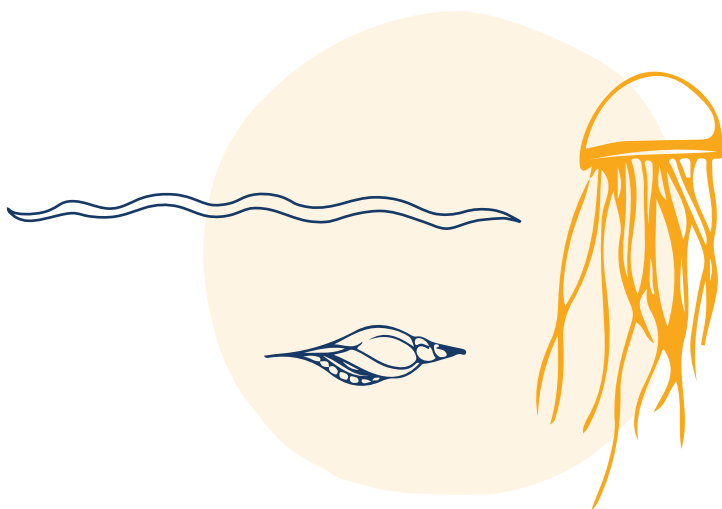
PREPARACIÓN:

Se ligan en un cuenco el tomate frito, el azúcar, el vinagre, el diente de ajo rallado, el tabasco y la cucharadita de aceite de oliva. Se trabaja una salsa y se reserva en salsera.

Se raspan las presas de raya con un cuchillo hasta que la piel quede transparente. Se llevan al fuego en una cazuela con el vino, agua, la cebolla cortada en cascots y el perejil. Cuando rompa a hervir se retira del fuego y se deja enfriar en el caldo de la cochura.

Una vez cocida se saca, escurre y seca con papel de cocina, se reboza con huevo batido, con pan rallado y se pincelan con una mezcla de mantequilla fundida con dos cucharadas de aceite.

Se asan a la parilla por ambos lados hasta que doren, se emplatan y se sirven con la salsa picante en salsera.



Sopa Colorá de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Medio kilo de raya, un tomate, tres dientes de ajo, una ñora, doce gambas, medio vaso de aceite de oliva, una cucharadita de comino, una cucharadita de pimentón, dos cucharaditas de vinagre, agua, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se limpia la raya y se le quita la piel rascando con un cuchillo, es fácil.

En una cazuela se pone como litro y medio de agua, y se escaldan el tomate y la ñora. Cuando estén hechos, se sacan, se pelan, se les quitan las pepitas y se majan en un mortero, con el ajo, el comino, el pimentón, el aceite de oliva, el vinagre, se salpimientan y se vierte en el agua caliente.

Se añaden la raya y las gambas peladas, se cuecen como un cuarto de hora y se saca la raya, se elimina el cartílago y se desmenuza. Se hierva un par de minutos y se sirve la sopa acompañada de cuscurritos de pan frito.

92
...

Souquet de Raya



INGREDIENTES: (4 personas)

Un kilo de raya, una cebolla, cinco tomates, ocho dientes de ajo, medio vasito de aceite, dos patatas medianitas, un picatoste, una galleta Maria, un vasito de vino de Jerez amontillado, perejil, doce almendras, tres avellanas, una hoja de laurel, dos cabezas de ajo, media pastilla de caldo de pescado, una cebollita, media cucharadita de azúcar, una zanahoria chica, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

En una cazuela con aceite muy caliente, echamos los tomates pelados y sin pepitas, la cebolla cortada muy fina y cinco ajos cortados muy finos, añadimos perejil picado y media cucharadita de azúcar.

Mientras se hace preparamos un caldo de pescado con la pastilla de caldo, la cebollita cortada en gajos, la zanahoria picada, la hoja de laurel y perejil.

Cuando el sofrito haya reducido a salsa, le añadimos las patatas peladas y cortadas en rodajas, removemos y añadimos el caldo hasta cubrirlas.

Raspamos la piel de la raya hasta que quede casi transparente, la lavamos y cuando las patatas estén casi tiernas, añadimos la raya al guiso. Con el pan frito, las almendras, las avellanas, la galleta, un vasito de jerez (hay quien le pone vinagre), hacemos un majado y se lo añadimos al guiso, dejamos cocer las patatas y el pescado hasta que estén hechos. Se sirve caliente con trocitos de pan frito.

Guiso marinero de raya. Es un plato de la Costa Catalana, que en su origen se hacía con agua de mar. Esta receta procede de Isla Cristina

Tallarines con Marisco y Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Doscientos gramos de tallarines, doscientos gramos de raya, doscientos gramos de almejas, doscientos gramos de colas de gamba, dos tomates, una cebolla, un vasito de aceite, una hoja de laurel, media cucharadita de azúcar, una cucharadita de pimentón, veinticinco gramos de almendras, un diente de ajo, azafrán, sal y pimienta.

93
...

PREPARACIÓN:

En una cazuela con un litro de agua, se cuecen las almejas, con la hoja de laurel y un pizco de sal. Colar el caldo y reservar, también reservamos las almejas.

Se trocea la raya y se escalfa en agua hirviendo. Se le quita la piel y el cartílago, se reserva.

En una cazuela se rehoga con aceite la cebolla cortada muy fina, cuando empieza a dorar se añaden la raya y la colas de gambas peladas, salpimentamos y dejamos freír un par de minutos. Agregamos los tomates pelados y sin pepitas, cortados a trozos, el azúcar y el pimentón. Dejamos hervir hasta que cuaje una salsa.

Vertemos en la cazuela el agua de cocer las almejas, dejamos hervir cinco minutos, añadimos las almejas y los tallarines que hervirán el tiempo que marque el paquete, si no pone nada unos siete minutos.

Mientras cuece, en un almirez majamos las almendras, el ajo, el perejil y el azafrán, añadimos unas cucharadas de agua de la cocción, y añadimos a la cazuela.

Los tallarines han de quedar algo caldosos, y se sirven calientes.

Tortilla de Raya

INGREDIENTES: (4 personas)

Una raya chica seca, seis huevos, una cebolla, dos pimientos, aceite, vinagre, sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Se cortan los trozos de raya y se remojan en agua toda la noche con una cucharada de vinagre. Se le quita la piel y se sacan las hebras, se reservan.

Se pican la cebolla y el pimiento, se ligan con las hebras de pescado, se levan a un lebrillo, se aderezan con una cucharada de aceite, sal y pimienta.

Se baten los huevos, se ligan con la mezcla y se forma una tortilla gruesa similar a las de patata en una sartén con aceite.

La raya seca se encuentra en los puertos de mar y en algunas tiendas especializadas de alimentación. Se puede sustituir por raya cocida pero la verdad es que no queda igual.

Con posterioridad una amiga Peruana me ha comentado que es un plato típico del Perú que allí la raya seca es como aquí el bacalao en salazón; lo he comprobado en Internet y parece ser cierto



La **raya**, *Raja s.p.*, es un pez blanco, cartilagineo, de sabor agradable y muy nutritivo. No obstante, no es muy apreciado y salvo en las zonas de costa, su consumo es prácticamente nulo. Posiblemente, por tener un leve olor a amoníaco, que le desaparece totalmente en su condimentación. Si es muy fuerte, se macera un par de horas con agua y vinagre o se escalda en agua con un chorro de vinagre, un minuto.

Sus espinas son cartilaginosas y hay quien se las come. No lo recomiendo. Y su piel, carece de escamas aunque es recia y en algunas especies rugosa y áspera al tacto. Se le quita de dos maneras: raspando con un cuchillo hasta que prácticamente desaparece en su grosor o escaldando brevemente la pieza en agua caliente y quitándosela simplemente.

