

Healthy Drinks

Cócteles sin alcohol

**FRESCOR CÁLIDO**

Min 04:56 de la video/clase

Creado para Perrier (septiembre de 2010)

Con este cóctel buscaba una bebida con un marcado carácter otoñal, y por eso elegí como ingrediente principal una fruta tan característica de esta época como la granada. Para acompañar el zumo de granada y acentuar ese toque otoñal, añado especias como el clavo, el anís estrellado, la canela y el haba tonka (o vainilla, según disponibilidad), y lo completo con las notas picantes y ligeramente cítricas de la pimienta de Sichuan.

Receta

90 ml de zumo de granada fresco
15 ml de sirope de cinco especias*
7 ml de zumo de limón o naranja al gusto (opcional)
Agua Perrier
Semillas de granada
Canela en polvo
1 rama de canela

Preparación del cóctel

Ponemos los tres primeros ingredientes directamente en el vaso con hielo picado, mezclamos bien y completamos con el agua Perrier. Para acabar caramelizamos las semillas de granada con unas gotas de sirope especiado encima de un trozo de cáscara del mismo fruto, espolvoreamos con canela en polvo y lo acompañamos de una rama de canela que quemamos con el soplete para que nos aporte aroma.

Preelaboraciones***Sirope de cinco especias**

4 g de pimienta de Sichuan (2 cucharaditas)
6,5 g de anís estrellado (unas 8 unidades)
3 g de clavo molido
8 g de canela en rama
1 haba tonka molida



500 ml de agua
480 g de azúcar

Ponemos el azúcar y el agua en un cazo y llevamos a ebullición. En cuanto empiece a hervir, nos aseguramos de que se haya disuelto todo el azúcar y apagamos el fuego.

Añadimos las especias y dejamos infusionar 10 minutos. Colamos y reservamos.



YOGI COCKTAIL

Min 10:09 de la video/clase

Creado en marzo de 2014 con ocasión del salón Alimentaria de Barcelona

Esta es una de las propuestas que mejor transmite lo que me gusta destacar de los cócteles sin alcohol: bebida muy fresca, natural y ligera.

Para el acompañamiento hago un guiño a uno de mis descubrimientos del año que, aunque parezca raro, no es ni un ingrediente ni una nueva técnica: el yoga, una disciplina muy en sintonía con el carácter saludable del cóctel. Trituro y deshidrato distintos frutos rojos, los corto, los enrolllo y los ato con una cuerdecita, simulando la esterilla de yoga.

Receta

$\frac{3}{4}$ de lima cortada en trozos
2 frambuesas
10 hojas de menta
14 g de azúcar
10 ml de agua de jengibre*
60 ml de zumo de manzana Granny Smith
Agua Perrier
1 ramita de menta
Tapete de frambuesa**

Preparación del cóctel

Ponemos en el vaso que vamos a utilizar para servir los cinco primeros ingredientes en el orden indicado. Machacamos con la ayuda de un mortero, lo justo para exprimir la lima y la frambuesa, pero con cuidado de no romper la menta.

Llenamos $\frac{3}{4}$ del vaso con hielo picado, añadimos el zumo de manzana y removemos bien.

Completamos con hielo picado y acabamos con Perrier. Decoramos con una ramita de menta y el tapete de frambuesa.

Preelaboraciones

*Agua de jengibre

25 g de jengibre pelado
200 ml de agua.

Trituramos el jengibre con el agua y colamos bien.

**Tapete de frambuesa

200 g de frambuesa

Trituramos las frambuesas con la ayuda del túrmix. Estiramos el puré obtenido en un tapete de silicona o papel sulfurado y ponemos a deshidratar a 52 °C durante 5 horas (el tiempo puede oscilar dependiendo de la humedad ambiental).



VIRGIN BASIL BRAMBLE

Min 16:56 de la video/clase

Cóctel creado para Perrier (junio del 2013)

Hace algún tiempo, para ser mas exactos en el 2009, presenté una variante de un cóctel que me gusta mucho, tanto por su sabor como por lo que significa para el sector, el Bramble. Como sabes no me gusta mucho escribir sobre historia, pero pienso que es importante matizar que el Bramble fue creado a mediados de la década de los ochenta por el legendario barman británico Dick Bradsell del Fred's Bar (en el Soho de Londres).

Mi variante es el Virgin Basil Bramble, donde juego con una combinación que me encanta los frutos rojos, en este caso las moras y la albahaca. En la receta con alcohol mantengo el destilado base que es la ginebra, pero en este caso la cambio por zumo de manzana que me aporta una acidez que me encanta y redondea muy bien a las moras y la albahaca.

Receta

60ml de zumo de manzana granny smith
20ml de zumo de limón recién exprimido
21ml de sirope de azúcar (1:1)
4 hojas de albahaca
30ml de Perrier
20ml de sirope de mora

Preparación del cóctel

Ponemos la albahaca con el agua Perrier en el vaso y le damos unos golpecitos con el reverso de la cuchara de bar, infusionar unos segundos (30s).



Llenamos el vaso con hielo roto y añadimos los demás ingredientes, removemos bien; completamos con más hielo, de ser necesario.

Presentación

Acabamos el cóctel con un sirope de mora recién preparado.

Decoramos con una mora y un trozo de crujiente de albahaca sobre unas hojas de albahaca.

Preparaciones necesarias para la elaboración del cóctel

Sirope de mora*

2 uds. moras
10 ml Sirope de azúcar
10 ml Perrier

Machacamos todos los ingredientes con la ayuda de un mortero.

