



**Santander**

Zoco Gran Santander.  
Avda. Primero de Mayo, 64. Local 237.  
39011 Santander • Cantabria • España  
T.: +34 942 34 20 01

**Canarias**

C/ Prolongación Bentejui, S.N.  
Castillo del Romeral.  
35107 San Bartolomé de Tirajana  
Las Palmas • España  
T.: +34 928 73 22 34



[aquanaria.com](http://aquanaria.com)



# lubina al horno

Receta de Celeste García de la Banda  
EL BLOG DE CELESTE

## INGREDIENTES

- 1 Lubina Aquanaria de 2 Kg
- 2 Patatas grandes
- 1 Limón grande
- Aceite oliva virgen extra
- Sal pimienta y hierbas frescas
- 1 Cebolla grande
- Caldo de pescado casero
- 2/3 Ajos
- Un poco de azafrán

## ELABORACIÓN



- Pre calentar el horno a 200°, sin ventilador, arriba y abajo.
- Añadir un poco de AOVE en el fondo de la fuente donde se va a cocinar la lubina.
- Cortar el limón en rodajas y utilizar la mitad como cama para la lubina.
- Poner la lubina encima y usar la otra mitad del limón en rodajas para protegerla del calor.
- Rellenarla con la sal, los ajos, las especias y las hierbas aromáticas.
- Pelar y cortar en rodajas finas tanto la patata como la cebolla.
- Colocar alrededor de la lubina en la fuente del horno, salpimentar, añadir el azafrán y el AOVE.
- Hornear durante 15 minutos.
- Sacar la lubina y regar las patatas y la cebolla con el caldo de pescado.
- Hornear de nuevo durante 15 minutos.
- Servir en porciones, con la patata y la cebolla como guarnición.

# Lubina al hinojo

Receta de Celeste García de la Banda

EL BLOG DE CELESTE

## INGREDIENTES

- 1 Lubina Aquanaria de 2 Kg
- 2 Bulbos grandes de hinojo
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal, pimienta y hierbas aromáticas
- 1 Cebolleta fresca
- 1 Vaso de pescado casero
- 1 Vaso de cava

## ELABORACIÓN



- Pre calentar el horno a 200°, sin ventilador, tanto arriba como abajo.
- Limpiar y cortar los bulbos de hinojo en láminas finas.
- Cortar la cebolleta en láminas finas.
- Colocar una cama de hinojo, añadir AOVE, salpimentar y encima colocar la lubina.
- Colocar el resto de hinojo y de cebolleta alrededor en la fuente, añadir AOVE y salpimentar.
- Rellenar la lubina con los troncos de los bulbos del hinojo.
- Rociar la lubina con un chorro de aceite de oliva virgen extra y salpimentar.
- Hornear la lubina durante 15 minutos. Si en algún momento el hinojo y la cebolleta se tuestan demasiado, cubrirlos con papel de aluminio.
- Sacar la lubina y regar con el cava, hornear 5 minutos más.
- Sacar la lubina y regar con el caldo de pescado, hornear 10 minutos más.
- Sacar la lubina y acompañar con el hinojo como guarnición.

# curry verde de lubina

Receta de Clara P. Villalón

## INGREDIENTES

### Para la pasta de curry

- 1 Cucharada de aceite de coco
- 1 Rama de lemongrass
- 1 Chalota
- 3 Dientes de ajo
- 1 Chile verde largo
- 1 Trozo de galanga
- 1 Puñado de cilantro

### Para el plato

- 1 Trozo de lomo de Lubina Aquanaria de 200gr.
- 100 gr de leche de coco
- 1 Hoja de lima kaffir
- 6 Tomates cherry
- 1 Cucharada de salsa de pescado nam pla

- Ralladura de lima
- 1 Cucharadita de cúrcuma
- 1 Trozo de jengibre fresco pelado
- 1 Cucharadita de semillas de cilantro
- 1 Cucharadita de pimienta negra
- 1 Cucharadita de pasta de gamba
- Sal

- Hojas de albahaca
- Hojas de cilantro
- Sal
- Pimienta negra
- 2 Mazorquitas de maíz en vinagre

## ELABORACIÓN



- Triturar en una máquina o robot todos los elementos de la pasta de curry o machacar con un mortero hasta lograr una pasta. Añadir unas gotas de agua para facilitar la labor.
- Escaldar los tomates cherry en agua hirviendo y pelar.
- En una sartén tostar con un poco de aceite de coco la pasta de curry hasta que sea muy aromática. Añadir la leche de coco y la hoja de lima y dejar hervir a fuego suave durante 1-3 minutos. Añadir también la salsa de pescado.
- Añadir los tomate cherry pelados y las mazorquitas en vinagre troceadas y ligar bien la salsa, que reduzca. Poner a punto de sal.
- Marcar la lubina a fuego fuerte primero por la parte de la piel y luego por la parte de la carne.
- Servir el plato con una base de la crema de curry, encima la lubina, los tomates cherry, el maíz y las hojas de albahaca y cilantro.



# Lubina a la sal

Receta de Celeste García de la Banda  
EL BLOG DE CELESTE

## INGREDIENTES

- 2 Kg de sal marina gruesa
- 1 Chorro de aceite de oliva virgen extra
- Especias frescas y hierbas aromáticas
- 1 Clara de un huevo
- 1 Lubina Aquanaria de 2 Kg
- 1 vaso pequeño de agua

## ELABORACIÓN



- Pre calentar el horno, sin ventilador, arriba y abajo a 200°.
- Batir la clara a punto de nieve.
- Rellenar la lubina con las hierbas y las especias.
- En un bol añadir toda la sal, la clara de huevo, el vaso de agua y mezclar cuidadosamente.
- Poner la mezcla como base, colocar la lubina encima y cubrir completamente.
- Hacer una hendidura alrededor de toda la lubina para que sirva para quitarla una vez elaborada.
- Hornear durante 30 minutos aprox.
- Sacar del horno, cuidadosamente romper la capa de sal y abrir.
- Colocar la lubina según se vaya a servir con la guarnición deseada.

# tiradito de lubina

Receta de Belén Casal  
CUPCAKES A GOGÓ

## INGREDIENTES

### Para la salsa de ají amarillo

- 5 Ajís amarillos
- 1 Diente de ajo
- 1 Trozo al gusto de apio
- Manojó de cilantro al gusto
- Zumo de limón
- Sal y pimienta
- 5 Cucharadas soperas de AOVE

### Para el tiradito

- Lubina cortada como para carpaccio
- Germinado de rabanitos
- Rábanos redondos
- Perlas de aceite arbequina o AOVE
- Ají picado
- Cilantro
- Maíz chulpe

## ELABORACIÓN



- Comenzamos preparando la salsa de ají amarillo partiendo los ajís por la mitad y limpiándolos de semillas y hebras. Enjuagamos con agua y ponemos a hervir en un cazo con agua durante unos 8-10 minutos, hasta que veamos que la piel se retira con facilidad.
- Detenemos la cocción poniendo los ajís en agua fría y pelamos. La piel se retira con mucha facilidad.
- En un procesador ponemos los ajís pelados y troceados, el ajo pelado, el AOVE, un poco de apio (pondremos más o menos según nos guste), sal, pimienta, cilantro fresco (también al gusto) y zumo de limón recién exprimido hasta obtener una consistencia como de salsa ligada. Reservamos.
- Cortamos la lubina Aquanaria en finísimas lonchas como para carpaccio y disponemos en el plato en el que la vayamos a servir. Ponemos un poco de salsa de ají amarillo por encima (reservamos salsa para que cada uno pueda ponerse más si quiere), un poco de cilantro picadito, unas cuantas rodajas muy finas de ají amarillo crudo, rodajas casi transparentes de rabanito, germinado de rábano y unas cuantas perlas de aceite arbequina.
- Remataremos el tiradito con unos cuantos granos de maíz chulpe que prepararemos tostando en una sartén a fuego suave y con un poco de aceite. Taparemos para que no salten los granos de maíz y removeremos de vez en cuando para que se doren sin quemarse.

**NOTA:** Un plato muy fácil y con una gran intensidad de sabor y colorido.  
Ajusta la cantidad de ingredientes según tus propios gustos.