

Las 7 claves de la tempura perfecta

La tempura, la última tendencia en el mundo foodie, ofrece grandes ventajas respecto a otras formas de cubrir, tapar o envolver los alimentos. Se ha instalado en las cocinas de los mejores restaurantes gracias al asentamiento de la exquisita cocina japonesa, pero es una técnica originaria de China. Bien realizada, permite obtener un rebozado ligero y crujiente, de mejor sabor y menos calórico que la mayoría de frituras tradicionales. Montes de Galicia, #ElMejorGallegoDeMadrid, te da las claves para que obtengas una buena tempura y sorprendas con lo más en trendy en gastro. <https://losmontesdeg Galicia.es/>



Alcachofas en tempura con salsa teriyaky

(PVP 14,90€)

1. **La tempura consiste en freír durante un tiempo corto alimentos, especialmente verduras, pescados y mariscos,** que antes han de pasarse por una masa líquida hecha con harina, agua y huevo.
2. **Batir el huevo y el agua, y añadirle la harina.** Para que la harina quede lo más fina posible es preciso pasarla por un tamiz. Un consejo para que sea aún más sabrosa es que el agua esté lo más fría posible.
3. **Añadir poca mezcla** al alimento para lograr que la textura de la tempura sea ligera.
4. **Los alimentos deben cortarse del tamaño de un bocado.** De esta manera facilitaremos cogerlos con palillos y mezclarlos con la salsa acompañante.
5. **Freír en aceite abundante, a 180º C, preferiblemente en un wok;** lo ideal es utilizar un aceite de oliva suave mezclado con un poco de aceite de sésamo. Procurar que el tiempo de fritura sea de dos a tres minutos. El punto exacto para retirar los alimentos es cuando estos hayan subido a la superficie y empiecen a dorarse. Es importante que quede con un color más pálido a las frituras tradicionales.
6. **Procurar hacer la tempura momento antes de consumir el plato,** para que de mejores resultados.
7. **La salsa acompañante.** Aunque la más habitual es la de soja, la cocina japonesa tiene una específica, la salsa Tentsuyu elaborada con caldo de algas y escamas de atún, soja y mirin.

Acerca de Los Montes de Galicia

Situado en el corazón de la capital y considerado el #mejorgallegodeMadrid, Montes de Galicia ofrece la mejor cocina fusión, a caballo entre la tradición del norte y lo más vanguardista de la nouvelle cuisine que se reinventa a diario. Un restaurante donde el producto, aderezado y cuidado hasta el extremo nos transporta a los bosques y los pueblos mágicos de Galicia. Todo en un exquisito ambiente que recoge y acompaña a los comensales, donde el frescor de los azules del cantábrico se mezcla con los violáceos del atlántico y los verdes de la tierra húmeda, para que todo sea disfrutar.

Para su dueño, Jose Espasandín, propietario del restaurante desde 1997, ser considerados como el mejor restaurante gallego de Madrid simboliza algo más grande que una simple distinción, es sobre todo un reto que le hace superarse día a día. Gracias a esta filosofía han

llegado a lo más alto de la gastronomía madrileña, logrando magníficas valoraciones en la aplicación Tripadvisor, entre los mejores restaurantes de Madrid, y el mejor de todos entre los exponentes de la cocina gallega en la capital.

La celebrada carta ha sido creada con los más selectos productos de la tierra y está basada en la dieta atlántica_ que poco tiene que envidiar a la mediterránea. En Montes de Galicia la salud y el placer no están reñidos, bailan juntos, como meigas, alrededor del puchero.

Sencilla y basada en los sabores, texturas y aromas del norte. Con los mejores y más frescos ingredientes, Jose Espasandín, ha creado una selección de platos para Montes de Galicia en los que fusiona la cocina más tradicional del norte con toques vanguardistas, consiguiendo así innovadoras recetas que deleitan todos los paladares.

Y para todos aquellos que quieran disfrutar de un agradable espacio en compañía de amigos, un afterwork con compañeros de trabajo o tomar algo en pareja... Montes de Galicia ha creado un espacio coctelería inigualable, abierto hasta las 2,30 de la madrugada ¿Quién da más?

C/ Azcona 46, 28028 Madrid

Teléfono: +34 91 355 27 86

Horario de 08.00 a 02.30

<http://losmontesdegalicia.es>



/LosMontesDeGalicia



/MontesdeGalicia



/losmontesdegalicia