



COCINA







PREMIO

ELIAS CABRERA FERNÁNDEZ
Sevilla, 1986.

Cocinero

Empecé a trabajar de cocinero en el restaurante “La Mía Tana” en el año 2005 y a partir del año 2007 pasé también a ser dueño de este restaurante a la vez que ejercía la función de cocinero del mismo. En el año 2012 empecé a estudiar el Grado Técnico de cocina en la Escuela Superior de Sevilla , el cual acabé en el año 2015, durante estos años hice varias prácticas en restaurantes con estrellas Michelin, y en 2015 abrí, junto a mis dos hermanos, el restaurante “Sal Gorda”, donde desarrolló la función de jefe de cocina.

“El Salmonete y su entorno”.

“Aceite de oliva y chocolate”.

COCINA





1ª MENCIÓN HONORÍFICA

PABLO RUBIO ÁLVAREZ
Sevilla, 1994.

Estudiante de Arquitectura aficionado a la Cocina.

“Ternera glaseada con praliné salado de castañas y alioli suave de azafrán”.

“Gel de limón con galleta especiada de chocolate y pistacho garrapiñado”.

Ambos platos se caracterizan por emplear técnicas sencillas y al alcance de todos para obtener los mejores resultados posibles. El salado requiere tiempo de cocción para las castañas, un buen glaseado para la carne y encontrar el punto perfecto de sabor y textura para el alioli. El dulce, requiere de precisión en las cantidades del gel y la galleta, y paciencia con el garrapiñado del pistacho.

Facebook: Pablo Rubio Álvarez
pab.rub.alv@gmail.com

COCINA





2ª MENCIÓN HONORÍFICA

JULIA MORENO MARTÍNEZ
Sevilla, 1993.

Bachillerato Internacional en el Martínez Montañés (2009-2011)
Graduada en Bellas Artes en la Universidad de Sevilla (2011-2015)
Actualmente cursando el Grado Superior de Fotografía en la Escuela de Arte de Nervión

“Tartar vegano”.
“Tarta de zanahoria y algarroba”.

Desde pequeña he tenido problemas para entender y aceptar que los animales formen parte de nuestra dieta. Hace poco más de un año decidí dar el paso hacia el veganismo, eliminando todos los productos de origen animal de mi comida. Hoy en día, con la ayuda de Internet, se pueden encontrar muchísimas recetas veganas, pero la mayoría utilizan ingredientes difíciles de encontrar o muy encarecidos por el ‘boom’ de la comida bio, ecológica y natural. Así, cuando pensé en hacer veganas las recetas para el concurso, intenté que los ingredientes fueran asequibles económicamente y fáciles de encontrar, ya que el veganismo debería estar al alcance de todo el mundo. Por otro lado también quise hacer unas recetas completas en cuanto a nutrientes para romper con el mito de que los vegetales y las legumbres no pueden cubrir los aportes necesarios. Por último, me decanté por una cocina sencilla, no recargada y todo lo casera posible.

En cuanto a ingredientes, en la receta salada me basé en el esquema del ceviche (cítrico, proteína e hidratos – textura blanda, crujiente – frescura), resaltando el plato a través de los colores de los ingredientes. Para la receta dulce escogí una de mis tartas preferidas (la de zanahoria) añadiendo un ingrediente muy especial y poco conocido (muy usado en Portugal) que es la harina de algarroba, aunque para mí lo más curioso de esta receta es la cobertura, hecha a base de líquido de garbanzos cocidos: cuando descubrí esto, supe que en el veganismo se podía hacer de todo.

juliamm89@gmail.com
facebook: Julia Left-em / www.facebook.com/julia.morenomartinez.

COCINA

