

EN LA CATEGORÍA  
“PREMIO DE  
LA FARMACIA”

TARTAR DE TOMATE  
PIKOLUZE DE BUSTURIA  
CON AJO BLANCO

SERGIO GONZALEZ  
“ORTUTIK AHORA KATERING AGROEKOLOGIKOA”

“FARMAZIAKO  
SARIA”

BUSTURIKO PIKOLUZE  
TOMATE TARTAR-A “AJO  
BLANCO”REKIN

SERGIO GONZALEZ  
“ORTUTIK AHORA KATERING AGROEKOLOGIKOA”



*Para esta receta, Sergio ha elegido el tomate pikoluz de Busturia característico por su forma de corazón, tamaño grande, carnosidad y gran sabor.*

*Teniendo en cuenta la dedicación, originalidad y el uso de productos locales, Sergio de “Ortutik Ahora Katering Agroekologikoa” se ha llevado el premio de la farmacia.*

*Errezeta egiteko Busturialdeko Pikoluz tomatea aukeratu du Sergiok. Bihotz formako tomatea, tamainu handikoa, mamitsua, hazi gutxikoa eta oso zaporetsua.*

*Dedikazioa, originaltasuna eta bertoko produktuen erabilera saritu gura izan dugu. Hori dala eta, “Ortutik Ahora Katering Agroekologiko”ko Sergiok Farmaziako saria eraman du.*

TARTAR DE TOMATE PIKOLUZE DE  
BUSTURIA CON AJO BLANCO .

INGREDIENTES: (4 personas)

*Para el tartar:* 400-600 g de tomate pikoluz de Busturia, 80 g de aceite de oliva virgen, 150 g de uvas pasas, Escamas de sal, 200 g de cebolla, 40 ml de salsa de soja, Cebolleta (o la parte verde de la cebolla)

*Para el ajo blanco:* 150 g de nueces o avellanas, 360 ml de agua, 4 ajos, Pan rallado, Sal, vinagre y aceite de oliva virgen

BUSTURIKO PILOLUZE TOMATE TARTAR-A  
“AJO BLANCO”REKIN.

OSAGAIAK: (4 pertsona)

*Tartar-a egingo dugu:* 400-600 gramo Busturiko pikoluz tomate (edota tokian tokiko tomate), 80 g oliba olio birgina, 150 g mahaspasa, gatz ezkata, 200 g kipula, 40 ml soia saltsa, kipulina (edo kipula freskoaren atalberdea)

*“Ajo blanco”rako:* 150 g intxaur edo hur, 360 ml ur, 4 baratxuri, Zigortutako ogi-zerra, gatz, ozpina eta oliba olio birgina

## PREPARACIÓN:

*Para el tartar, pelar el tomate con el pelador. Si resulta difícil, un buen truco es introducir los tomates en agua hirviendo con un corte en cruz en la base del tomate. Al cabo de un minuto, sacar los tomates y meterlos en agua muy fría para cortar la cocción. Quitar las pepitas, cortarlos en cuadros pequeños (concasse) y añadir la cebolla en juliana. A continuación, se pasa a añadir la cebolleta o la parte verde de la cebolla, las pasas, la sal, el aceite y la salsa de soja. Mantener en la nevera durante al menos dos horas.*

## PREPARACIÓN DEL AJO BLANCO:

*Machacar en el mortero los frutos secos, la sal y los ajos hasta obtener una pasta. Añadir el aceite poco a poco hasta espesar y finalmente, el vinagre y la sal según necesidad. Si no se dispone de mortero, introducir todos los ingredientes en una trituradora. Meterlo a la nevera y reservar para que esté muy frío. Para presentar el plato, escurrir bien el excedente de agua del tartar de tomate. Utilizar moldes para que mantenga la forma (ejerciendo un poco de presión) y finalmente, verter el ajo blanco alrededor del tartar. Decorar con unas gotas de aceite.*

## RECOMENDACIÓN:

*El tomate es un ingrediente imprescindible en nuestras cocinas sobre todo en verano. Es un alimento único y muy recomendable. Tiene muy pocas calorías (apenas 18 calorías por 100 g), mucha agua y fibra. Además, es fuente de vitamina A y C, calcio, hierro y otros muchos minerales.*

*En el mercado encontramos múltiples variedades de tomate dependiendo de la zona. Los tomates locales, tienen el sabor, el color, la textura y por supuesto todos los valores ecológicos y sostenibilidad añadidos que les corresponden.*

## PRESTAKETA:

*Gure Tartar-a prestatzeko zuritu tomatea zuritzailerekin. Zaila egiten bazaigu irakindu, egin bi ebaketa tomatearen ipurdian eta sartu uretan minutu batean. Atera eta izeotutako uretan sartu egosketa gelditzeko. Zaitu, kendu haziak, ebaki lauki txikietan (concasse) eta gehitu kipula juliana eran. Jarraian, gehitu kipulina edo kipula freskoaren atal berdetxoa, mahaspasak, gatz, olio eta soja saltsa. Gorde hozgailuan gutxienez bi orduan.*

## "AJO BLANCO" A PRESTATZEKO:

*Almaiza erabiltzen badugu, birrindu fruitu lehorrak, gatz eta baratxuriak batera mamia lortu arte. Gehitu olio apurka-apurka loditu arte eta, azkenik, ozpindu eta begiratu gatz kopurua. Ez badugu almaiak erabili nahi, sartu osagai guztiak irabiagailuaren edalontzian eta txikitu. Hozgailuan gorde hotz egoteko. Platera aurkezteko, kendu tartar-ari tomateak botatako ura (gatzaren eraginez botatzen dueña) eta erabili moldeak pixka bat estutu forma mantentzeko. Azkenik, isuri Ajoblanco-a tartar-aren inguruan. Apaintzeko, zabaldu kipulina eta bota olio tantatxo batzuk.*

## GOMENDIOA:

*Gure sukaldeetan osagai garrantzitsua da, batez ere udan. Tomatea erabateko elikagaia da eta, beraz, oso gomendagarria. Kaloria gutxi ditu (18 kaloria eskas 100 gramoko) eta ur eta zuntz asko. Gainera, A eta C bitamina ugari ditu baita kaltzio, burdin eta beste mineral ugari ere.*

*Merkatuetan tomate mota ezberdinak aurki daitezke. Tokian tokiko bariatateak daude. Bertoko ortuarien zapora, kolore, textura eta, jakina, tomateen osasun ezaugarriei dagokienez balio erantsia dute.*