

Cigalas cocidas

Cigalas cocidas, es uno de los mariscos más apreciados y quizás cocido es la forma más habitual de comerlo, os diré cómo hacer para que quede perfecto.

Como todos los mariscos este también tiene su punto de cocción y es importante respetarlo para que su deliciosa carne no quede como harina.

ingredientes

- 1kg de Cigalas
- 2 Cucharadas de Sal
- 2 Hojas de Laurel
- Agua
- Hielo

elaboración Cigalas Cocidas

Si las cigalas que tenemos están vivas, lo mejor será ponerlas en agua con un chorrito de vinagre para que mueran.

Yo soy partidario de echarlas siempre muertas porque es mas fácil calcular los tiempos de cocción.

Empezamos por poner una olla al fuego con agua suficiente para cubrir todas nuestras cigalas, ponemos la sal y el laurel y esperamos a que hierva.

Llegado ese punto, incorporamos las cigalas y medimos el tiempo, para las pequeñas retirarlas cuando el agua empieza de nuevo a hervir, medianas 1/2 minuto después de que empieza a hervir y 1 minuto para las grandes.

Las retiramos y las metemos inmediatamente en un bol con agua con hielo para cortar la cocción, las mantendremos ahí hasta

que estén completamente frías, las escurriremos y las serviremos.

Con estos tiempos conseguiremos una carne tersa y durita, si os gustan más blanditas prolongar más el tiempo de cocción pero muy poco sino se quedará la carne harinosa.

Ya tenemos nuestras cigalas cocidas, si queréis la podéis servir con una [salsa mayonesa](#).

Medidas:

- Cucharada es una cuchara sopera
- Cucharadita es una cucharilla de postre
- Pizca es un pellizco
- Si no se ponen cantidades es al gusto del cocinero
- Si queréis hacer mas cantidad o menos hacer una simple regla de tres.

Hornos:

- Como siempre las temperaturas y los tiempos dependerán de cada horno, ajustarlas según veáis vosotros.

Terminos:

- **Espumar** = Retirar con una cuchara o espumadera, la espuma que se forma en la superficie de las cocciones.
- **Desglasar** = disolver los jugos de cocción que quedan pegados en el fondo de las ollas.