

EL CAPÓN

vuelve,
de Milagro

texto
AITOR MARÍN

La granja ecológica Dehesa de El Milagro propone para estas *navidades* sus ejemplares con denominación de *capón ecológico* criados al aire libre.

El capón relleno. Dos palabras que suenan a Navidad clásica, como una pandereta o una zambomba. Pero hacerlo en casa supone mucho trabajo y encontrar un capón que merezca este nombre, que sea suave, jugoso y muy sabroso, tampoco es sencillo en estos tiempos. La magia, sin embargo, se ha obrado de la mano, no podía ser más lógico, de El Milagro. Esta granja ecológica lleva en estas fechas al Club del Gourmet 120 capones rellenos ya elaborados y envasados al vacío, de forma que solo es necesario calentar

y servir para disfrutarlos en la mesa. Las aves se cocinan en el propio obrador de la mano del chef Alfonso Castellano, que supervisa personalmente todo el proceso.

¿Y cuál es este proceso? Lo primero y casi lo más importante, es criarlos. Para la calidad de la carne resulta fundamental apostar por el bienestar animal, por lo que las aves se crían de forma natural al aire libre, en praderas abiertas lejos de la ciudad y la contaminación ambiental con ciclos de luz natural. Durante seis meses, los capones se alimentan de materias primas ecológicas (cereales, maíz...) y hierba fresca de los pastos donde viven. Se respeta su ciclo de crecimiento natural.

Hasta que llega el día de cocinarlos. “El capón relleno de El Milagro se deshuesa y rellena con hígado de pato fresco, ternera, jamón ibérico, y frutos secos típicos de estas fechas (dátiles, orejones y

ciruelas pasas), todo ello ecológico, logrando una unidad muy jugosa”, explica el cocinero.

El deshuesado del ave es uno de los momentos más delicados. “Hay que hacerlo con mucha habilidad para conseguir luego un trinchado cómodo y una presentación excepcional. Una vez deshuesado se rellena y cose, y a continuación se dora la piel”. El paso final es el envasado al vacío y asado a baja temperatura en su jugo durante 12 horas a 75°.

Como dice Blanca Entrecanales, fundadora de Dehesa El Milagro, esta granja nace “de un deseo personal de acercamiento a la Naturaleza, no solo en actitud de ocio o descanso sino con la intención de hacer producir la tierra y criar animales de una forma sostenible y respetuosa, siendo el fin último producir alimentos sanos y naturales”. Parece que lo están consiguiendo. ●



El Milagro ofrece sus capones ya elaborados y envasados al vacío, de forma que solo es necesario calentar y servir. De un peso superior a 3,500 kg y aproximado a 3,800 kg se pueden encargar previamente y a lo largo del periodo navideño. A la izquierda, el chef Alfonso Castellano y Blanca Entrecanales, quienes nos traen estos capones.

