

Merluza enfundada en verde con coulis de azafrán

Tipo de plato: Pescados y Mariscos | Procedencia: Mesacamilla | Tiempo: minutos |
Dificultad:

INGREDIENTES

0

4 Merluza - trozos de unos 180 gr cada uno

10 hoja/s Lechuga - de las de afuera muy verdes

Sal

Pimienta negra - recién molida

Coulis

Pimienta negra

Sal

Limonas

1 cucharada/s Eneldo - fresco picado

100 ml Nata

Azafrán

20 ml Fumet de pescado (caldo)

25 gr Mantequilla

200 gr Puerros - sólo lo blanco

Presentación

2 Puerros - en finas tirillas

Aceite oliva

ELABORACIÓN

Blanquear las hojas de lechuga y m en agua hirviendo, refrescar en agua fría, escurrir y secar.

Salpimentar el pescado y envolver en la lechuga. Envolver en film, apretando un poco.

Pasar a la olla varoma. Poner el agua en la th, ya caliente y cocer al vapor 10 m

Coulis puerro y azafrán

Cortar los puerros en tiritas, blanquear dos minutos en agua hirviendo y refrescar en agua fría, escurrir y secar, quitándole la mayor cantidad posible de agua, pochar en la mantequilla a fuego suave 10m sin que cojan color, añadir el caldo y el azafrán, cocer 10m. a fuego medio, agregar la nata y cocer uno segundos.

Triturar y pasar por el chino. En el momento de servir, refrescar con las hierbas picadas y el limón

Freír a fuego vivo en aceite abundante las tirillas de puerro, salar con sal maldon, escurrir sobre papel

Poner en fondo del plato unas cdas de salsa, el pescado sin el film y sobre este la cabellera de puerro.