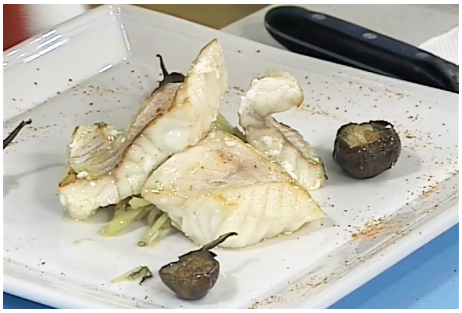
Agridulce de hinojos



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Sal: A gusto
Raíz de Jengibre: 1 Unidad
Girgolas: 2 Unidades
Jugo de Limón: 20 cc
Filetes de mero: 4 Unidades
Perejil: 1 cda.

Salsa

Azucar rubia: 1y1/2 cdas.
Cebolla de verdeo: 3 Unidades
Corazones de alcaucil: 2 Unidades
Ajo: 2 Dientes
Manteca: 50 g
Shiitake: 100 g
Semillas De Coriandro: 1 cdita.
Jugo de Limón: 2 cdas.
Caldo de verduras: 50 cc
Azafrán: 1 Cápsula
Jugo De Pomelo: 2 cdas.
Jugo de Naranja: 2 cdas.
Hinojos: 2 Unidades

Preparación de la Receta

- Corte las cebollas de verdeo al sesgo.
- Filetee el *hinojo* finamente.
- Pique el *jengibre* y el *ajo*.
- Corte los corazones de alcaucil en trozos no muy pequeños
- Saltee en una sartén con aceite de oliva la *cebolla* de verdeo.
- Agregue el azúcar para que caramelice
- Incorpore el *hinojo*, el *jengibre*, el *ajo*, el alcaucil y las semillas de coriandro.
- Por último los *hongos*.
- Retire del fuego
- Pase a un bowl.
- En la sartén dónde cocinó las verduras deglase con el *jugo* de lima, el *jugo* de *limón*, el *jugo* de *naranja* y de *pomelo*

- Agregue el *azafrán* y el caldo.
- Deje reducir una cuarta parte.
- Emulsione con la *manteca* fría.
- Vuelva a colocar las verduras en la sartén.
- Caliente unos segundos.
- Sale los filetes de mero.
- Corte los *hongos* en trozos medianos.
- Pique el *perejil*.
- En una sartén con *manteca* saltee los filetes.
- Agregue el *jugo* de *limón*.
- Incorpore a último momento las gírgolas y el *perejil*.

Presentación

- Sirva el mero en el centro de un plato y las verduras encima.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/agridulce-de-hinojos