Albóndigas de Congrio



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Albóndigas de congrio

Congrio: 2 Filetes
Sal y Pimienta: A gusto
Perejil: 1/2 Taza
Huevo: 1 Unidad
Pan Rallado: 2 cdas.

Fondo de pescado

Mejillones: 5 Unidades
Ajos: 2 Diente
Vino Blanco: 1 Vaso
Almejas: 5 Unidades
Zanahoria: 1 Unidad
Pimienta: A gusto
Cabeza de Conigrio: 1 Unidad
Echalottes: 2 Unidades
Perejil: 3 Ramas

Guarnición

Papas: 1 Unidades

Tiras de cebolla de verdeo blanqueadas: 4 Unidades
Zanahoria: 1 Unidad

Fondo de pescado reservado: Cantidad necesaria

Zucchini: 1 Unidad

Varios

Romero fresco: 1 Rama
Aji verde picado: 2 cdas.
Harina: Cantidad necesaria
Perejil crespo picado: 1/2 Taza
Camarones: 20 g
Colitas de gambas: 20 g

Preparación de la Receta

Fondo de pescado

- Pele y corte las *zanahoria* en trozos.
- Pele y corte en cuatro los ajos.
- Pele y corte al medio los echalottes.
- En una olla con agua hirviendo coloque el vino blanco, los ajos, los echalottes, el *perejil* , las almejas, los mejillones y la cabeza de pescado.
- Condimente con pimienta y deje *hervir* a fuego medio.
- Retire y cuele

Albóndigas de Congrio

- Corte los filetes en trozos y colóquelos en el fondo de pescado
- Retire los filetes y desmenúcelos.
- Pique el *perejil* y colóquelo en un bowl junto con el pescado
- Incorpore el *huevo* y mezcle.
- Luego añada el pan rallado, la sal y la pimienta y termine de mezclar.
- Tome pequeñas porciones de la mezcla y de forma de albóndigas con las manos.
- Páselas por *harina* y repóselas sobre una fuente enharinada.

Guarnición

- Pele la *papa* y la *zanahoria*
- Corte en bastones la *papa*, la *zanahoria* y el *zucchini*.
- Ate los bastones de *papa* de a cuatro con las tiras de *cebolla* de verdeo previamente blanqueadas.
- Repita la misma operación con la *zanahoria* y el *zucchini*.
- Coloque en una olla el fondo de pescado a fuego moderado.
- Cocine en el fondo el paquetito de *papa* por 10 minutos.
- Luego incorpore la *zanahoria*, el *zucchini*, las albóndigas y deje cocinar entre 7 y 10 minutos.
- Condimente con colitas de *gambas*, *camarones*, *ají* verde y *perejil* crespo.

Presentación

- En un plato coloque las albóndigas, los paquetitos de verduras, el fondo de pescado y condimente con *perejil* y *ají* verde.
- Decore con una ramita de *romero* fresco.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/albondigas-de-congrio