

Bastones de conjinova al estilo thai

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Jugo de Limón: 2 cdas.

Filetes de cojinova: 2 Unidades

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite De Oliva: 2 cdas.

Curry: 1 cda.

Guarnición de papas hilos

Sal: A gusto

Aceite para freír: Cantidad necesaria

Papas: 1/2 k

Salteado de verduras y vieiras

Cebolla de verdeo: 2 Unidades

Pimiento rojo: 1 Unidad

Vieiras: 100 g

Berenjenas baby: 100 g

Fondo de mariscos: 50 cc

Aceite De Oliva: 2 cdas.

Curry: 1 cda.

Albahaca: 4 Hojas

Leche de coco: 50 cc

Preparación de la Receta

- Corte los filetes en bastones y marine con *limón*, pimienta, *curry*, sal, oliva y deje *marinar* por unos minutos.
- En un grill caliente con aceite de oliva selle los bastones de ambos lados.
- Apague el fuego y reserve.

Salteado de verduras y vieiras

- Limpie las vieiras y retire de sus valvas.

- Corte el *morrón* en bastones finos.
- Corte la punta del verdeo en cuatro partes.
- Corte las berenjenas en bastones por la parte de la cáscara.
- En una sartén con aceite de oliva saltee las berenjenas, las cebollas, lo morrones, condimente con *curry* y añada las vieiras.
- Añada la leche de coco, el fondo de mariscos y las hojas de *albahaca*.

Guarnición de papas hilos

- Pele las papas y corte en tiras muy delgadas.
- En una sartén con aceite caliente fría las papas hasta *dorar*.
- Retire y escurra sobre papel absorbente.
- Condimente con sal.

Presentación

- Sirva los bastones de cojinova junto con el salteado de verduras y vieiras y termine con los hilos de papas.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/bastones-de-conjinova-al-estilo-thai>