

Bavaroise de hinojos y langostinos

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Caldo de verduras: 300 cc

Sal: A gusto

Aceite De Oliva: 1 cda.

Hinojos: 3 Unidades

Gelatina sin sabor: 1 Sobre

Crema de leche: 300 cc

Echalottes: 3 Unidades

Bebida sugerida

Vino Dolcetto D' Alba 1999:

Ensalada

Sal: A gusto

Tomates Perita: 4 Unidades

Manzana roja: 1 Unidad

Aceite De Oliva: 75 cc

Tomillo: 1 Rama

Ajo: 2 Dientes

Apio: 2 Ramas

Limon: ½ Unidad

Azucar: 1 cda.

Langostinos salteados

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite De Oliva: 1 cda.

Limon: ½ Unidad

Langostinos: 16 Unidades

Preparación de la Receta

- Pique finamente las échalotes.
- Lave los hinojos, retire las hojas y pique finamente.

- Corte los bulbos de *hinojo* en *brunoise*.
- Hidrate la *gelatina* en agua fría.
- En una sartén con aceite de oliva rehogue las *échalotes*.
- Incorpore los hinojos y sal.
- Vierta el caldo y cocine a fuego bajo
- Agregue la *crema* y lleve a ebullición.
- Añada la *gelatina* hidratada y procese.
- Pase por un colador chino y mezcle con las hojas de *hinojo* picadas.
- Distribuya la preparación en moldes para flan individuales forrados con papel film.
- Reserve en el freezer hasta que solidifiquen.

Ensalada

- Desgrane el *tomillo*.
- Pique el *ajo*.
- Exprima el *limón*.
- Pele los tomates, corte al medio y coloque en una platina tapizada con una lámina de papel aluminio.
- Rocíe con sal, azúcar, el *ajo* picado, el *tomillo* y aceite de oliva.
- Cocine en el horno bajo durante 2 horas aproximadamente.
- Pique groseramente los tomates.
- Pele la *manzana*, corte en cubos pequeños y reserve en el *jugo* de *limón*.
- Corte el *apio* en juliana y reserve en agua helada durante 10 minutos.
- En un bowl mezcle la *manzana*, el *tomate* y el *apio*.

Langostinos salteados

- Exprima el *limón*.
- Pele los **langostinos**, elimine la cabeza y la vena del *lomo*.
- En una sartén con aceite de oliva saltee los *langostinos*.
- Agregue el *jugo* de *limón*, sal y pimienta.

Presentación

- Desmolde un bavaroise en el centro de un plato, encima sirva un poco de ensalada y los *langostinos* al rededor.
- Decore con hojas de *hinojo*.
- El bavaroise debe servirse a temperatura ambiente.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/bavaroise-de-hinojos-y-langostinos>