

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

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

Gelatina sin sabor: 1 Sobre

Crema de leche: 300 cc

Echalottes: 3 Unidades

Limon: ½ Unidad

Azucar: 1 cda.

Langostinos salteados

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite De Oliva: 1 cda. Langostinos: 16 Unidades

Limon: ½ Unidad

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