elGourmet

Benvenuti

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Ascolanas de pescado

Bouquet de hierbas: 1 Unidad
Queso Parmesano Rallado: 30 g
Pescado Blanco: 400 g
Pan Rallado: Cantidad necesaria
Huevos: 2 Unidades
Sal y Pimienta: A gusto
Clara de huevo: 1 Unidad

Budín de coliflor

Huevos: 3 Unidades
Coliflor: 200 g
Ricota: 50 grs.
Queso Parmesano Rallado: A gusto

Crema de espárragos con almejas

Esparragos: 200 g
Almejas cocidas: 16 Unidades
Aceite De Oliva: 2 cdas.
Romero: 1 Rama
Cebollas: 2 Unidades
Sal y Pimienta: A gusto
Caldo de pescado: 2 Taza

Crema de zucchini

Zucchini: 200 g
Ajo: 3 Dientes
Caldo de pescado: 1 Taza
Aceite De Oliva: 2 cdas.
Sal y Pimienta: A gusto

Varios

Brócolis blanqueado: A gusto

Fideos cabello de ángel fritos: A gusto

Preparación de la Receta

Crema de espárragos con almejas

- Corte los espárragos en pequeños trocitos.
- Pele y corte la *cebolla* en *brunoise*.
- En una sartén caliente con aceite de oliva saltee la *cebolla*, una vez transparente agregue los espárragos junto con el *romero*, sal, pimienta y cubra con el caldo de pescado
- Una vez tiernos los espárragos retire del fuego, luego procese.

Ascolanas de pescado

- Corte el pescado en pequeños trozos y blanquee en abundante agua hirviendo durante dos minutos
- Retire, cuele y pique con un cuchillo, sazone con sal y pimienta y reserve en un recipiente.
- Agregue al pescado el bouquet de hierbas previamente picada junto con la clara de *huevo*, mezcle bien y espolvoree con el queso parmesano, deje reposar hasta que se enfríe.
- Bata los huevos.
- Tome pequeños bollitos de pescado, pase por el *huevo* batido y luego por pan rallado.
- En una sartén con abundante aceite fría los bollitos de pescado, retire y escurra sobre papel absorbente.

Crema de zucchini

- Pele y pique los dientes de *ajo*.
- Pele y corte los zucchinis en pequeños dados.
- Proceda del mismo modo que con la *crema* de espárragos
- Luego procese.

Budín de coliflor

- Blanquee las flores de *coliflor*.
- Una vez frías procese junto con la *ricota* unos segundos, luego agregue los huevos junto con el queso parmesano, procese nuevamente hasta lograr una pasta homogénea.
- Coloque la preparación en moldes individuales y cocine en horno a baño maría.

Armado

- Desmolde los budines y sirva en platos individuales
- Sirva en pequeños recipientes individuales la *crema* de zucchinis y la *crema* de espárragos

Presentación

- Decore los budines con flores de *brócoli*.

- Acompañe la *crema* de zucchinis con las ascolanas de pescado y decore con cabello de ángel frito.
- Acompañe la *crema* de espárragos con las almejas.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/benvenuti