Besugo a la sal con puré de habas y salsa ketchup



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Sal gruesa: 1 k
Clara: 1 Unidad
Besugo: 1 Unidad

Puré de habas

Habas frescas: 1 Taza
Manteca fría: 2 cdas.
Manteca: 1 cda.
Sal y Pimienta: A gusto

Salsa

Manteca: 100 g
Salsa de soja: 1 cda.
Vinagre de vino tinto: 2 cdas.
Ketchup: 1 cdas.
Tabasco: 1/2 cdita.

Varios

Aceite de hierbas: A gusto
Tomillo fresco: A gusto

Preparación de la Receta

- Limpie el pescado.
- En un bowl mezcle, la sal junto con la clara, coloque en una fuente una capa de 1 cm de sal aproximadamente.
- Coloque por encima el pescado y cubra con el resto de sal.

Puré de habas

- Cocine las **habas** a la inglesa.
- Retire y coloque a baño Maria inverso.
- Pele.
- En una olla con *manteca* caliente, saltee, luego coloque en un mixer y realice un puré
- Condimente con sal y pimienta.
- Agregue poco a poco la *manteca* fría y emulsione.

Sala

- En una olla, coloque la *manteca* y lleve a punto noisette.
- Agregue el **ketchup** y cocine por 2 minutos más.
- Retire del fuego e incorpore el *vinagre* junto con la salsa de soja y el tabasco.
- Procese para integrar los ingredientes

Armado

- Cocine en el horno el pescado durante 20 minutos.
- Retire y desprenda toda la sal.
- Corte la cabeza y retire el espinazo
- Reserve los filetes.

Presentación

- Sirva en un plato una cucharada de puré de *habas*, encima un filete, repita y salsee toda la preparación con la salsa de *ketchup*.
- Decore con aceite de hierbas y *tomillo*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/besugo-a-la-sal-con-pure-de-habas-y-salsa-ketchup