Besugo vierge con papas al wasabi

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Fecula De Maiz: Cantidad necesaria
Besugo: 1 Unidad
Limon: 1 Unidad
Sal: A gusto
Pimienta: A gusto

Guarnición I

Sal: A gusto
Manteca: 10 g
Espinaca: 100 g
Lentejas Rosadas: 350 g
Pimienta: A gusto

Guarnición II

Leche: 20 cc
Papas: 500 g
Wasabi en polvo: 1 cdita.
Manteca: 75 g

Marinada

Vinagre de Arroz: 100 cda.

Salsa

Albahaca: 20 g
Tomate: 1 Unidad
Cilantro: 1 cda.
Ajo: 1 Diente
Aceite De Oliva: 100 cc
Semillas De Coriandro: 8 Unidades
Limones: 2 Unidades
Perejil: 20 g

Preparación de la Receta

- Limpie y desviscere el pescado.
- Exprima el *limón*.
- Realícele cortes al sesgo sobre la carne por ambos lados.
- Condimente dentro de cada corte con la sal, la pimienta y el *jugo* de *limón*
- Pase el pescado por la fécula, elimine el excedente.
- Cocine en abundante aceite caliente a fuego medio.
- Retire y escurra sobre papel absorbente y délo vuelta para que termine de escurrir el aceite.

Salsa

- Machaque las semillas de coriandro.
- Pique el diente de *ajo*.
- Exprima los limones.
- Pique la *albahaca*, el *perejil* y el *cilantro*.
- Corte el *tomate* en cubos.
- En un bowl mezcle todos los ingredientes con el *jugo* de *limón* y el aceite de oliva

Guarnición I

- Cocine las lentejas en abundante agua salada durante 10 minutos.
- En una sartén con aceite de oliva y *manteca* saltee brevemente las lentejas con las hojas de espinacas
- Salpimente.

Guarnición II

- Hierva las papas, pele y haga un puré con la leche y la *manteca*.
- Condimente con sal y al momento de servir el **wasabi**.

Presentación

- En una fuente sirva las lentejas como base, acomode encima el pescado.
- Rocíe con la salsa en cada corte.
- Acompañe con el puré.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/besugo-vierge-con-papas-al-wasabi