Cazuela de rape



Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Puerro: 1 Unidad
Alcachofas de bote: 4 Unidades
Fumet de pescado: 1 L
Papas: 200 g
Pimentón: 1 cda
Pimienta verde: 1 Unidad
Tomillo: 2 Ramilletes
Cebolla: 1 Unidad
Arvejas: 40 g
Carne de rape: 300 g
Ajo: 1 Diente
Pimientas de cayenas: 2 Unidades
Zanahoria: 1 Unidad

Preparación de la Receta

Para comenzar

- Cortamos la *papa* en cuadritos pequeños, la introducimos en un bowl de cristal y lo cubrimos con papel film
- La cocinamos en el microondas durante 1 y ½ minuto
- Reservamos.
- Luego, cortamos todas las verduras en *brunoise* y reservamos.
- Por otro lado, cortamos la carne de **rape** en rodajas de 2 cm, la salpimentamos y salteamos en una sartén con aceite de oliva
- Lo colocamos en un bowl y en ese mismo aceite salteamos la *cebolla*, el *pimiento*, el *puerro*, el *ajo* y la *zanahoria*
- Agregamos el *pimentón* y una ramita de *tomillo* y mezclamos para que no se queme
- Incorporamos el fumet de pescado, las pimientas de *cayena*, las alcachofas escurridas, la *papa* y el *rape* con su *jugo* y cocinamos hasta que el pescado esté casi en su punto
- Cuando el pescado esté casi listo, rectificamos de sal, agregamos las arvejas y cocinamos hasta que esté listo

Para terminar

- Servimos con una pizca de *pimentón*, un chorrito de aceite y una ramita de *tomillo*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/cazuela-de-rape-2