

Chernia con salsa de langostinos y acelgas

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Sal y Pimienta: A gusto

Chernia: 4 Filetes

Aceite De Oliva: 1 cda.

Guarnición

Cebolla: 1 Unidad

Ajo: Dientes

Girgolas: 200 g

Acelga: 2 Paquetes

Sal y Pimienta: A gusto

Portobellos: 200 grs.

Salsa

Cognac: 75 cc

Sal: A gusto

Pimienta Negra en grano: 1 cdita.

Laurel: 2 Hojas

Cabezas y colas de langostinos: 200 g

Tomates Perita: 4 Unidades

Romero: 1 Rama

Aceite De Maíz: 1 cda.

Tomillo: 1 Rama

Cebolla: 1 Unidad

Extracto De Tomate: 1 cda.

Cilantro: A gusto

Ajo: 2 Dientes

Apio: 2 Ramas

Agua: Cantidad necesaria

Zanahoria: 1 Unidad

Preparación de la Receta

- Elimine las espinas de los filetes de chernia y corte trozos regulares.
- Realice cortes superficiales sobre la piel del pescado y condimente con sal y pimienta.
- En una sartén caliente con aceite de oliva disponga el pescado del lado de la piel.

- Con la ayuda de un espátula presione el pescado sobre el fondo de la sartén y dore solo del lado de la piel.
- Lleve al horno caliente y cocine durante 2 minutos.
- Dé vuelta el pescado y termine la cocción durante 2 minutos más.

Salsa

- Pele el *ajo*, corte al medio y elimine el brote.
- Pele y pique groseramente la *cebolla*, la *zanahoria* y el *apio*.
- Corte los tomates en cuartos.
- En una *cacerola* con aceite rehogue la *cebolla*, la *zanahoria* y el *ajo* con el *laurel*.
- Agregue las cabezas y colas de **langostinos** y cocine durante 2 minutos.
- Incorpore el *apio* y rehogue.
- Retire la *cacerola* del fuego, vierta el Cognac, vuelva al fuego y flambee.
- Cubra con agua, agregue los granos de pimienta, los tomates, sal, el *tomillo*, el *romero*, el *cilantro* y el extracto de *tomate*.
- Cocine durante 15 minutos sobre fuego medio.
- Espume de tanto en tanto durante toda la cocción.
- Rectifique la sazón.
- Pase la salsa por un *tamiz* y vuelva al fuego.
- Reduzca a $\frac{3}{4}$ de su volumen inicial.

Guarnición

- En una *cacerola* con abundante agua salada hirviendo blanquee las hojas de acelga durante 3 minutos.
- Pele el *ajo* y filetee.
- Corte la *cebolla* en juliana.
- Filetee los *hongos*.
- En una sartén caliente con aceite de oliva saltee el *ajo* y la *cebolla*.
- Agregue los *hongos* y rehogue.
- Incorpore las acelgas coladas y salpimente.

Presentación

- Sirva la *guarnición* en el centro de un plato, bañe con abundante salsa.
- Acomode el pescado sobre las acelgas.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/chernia-con-salsa-de-langostinos-y-acelgas>