

Corvina Masala



Ingredientes

Armado

Cebollino fresco: Cantidad necesaria

Jugo de 1/2 lima:

Corvina

Comino en polvo: 15 g

Agua: 1 Chorrillo

Pimienta: Cantidad necesaria

Cúrcuma: 5 g

Semillas De Mostaza: Cantidad necesaria

Pimienta blanca: 5 g

Aceite de oliva virgen: 1 Chorrillo

Cilantro en polvo: 15 g

Sal: Cantidad necesaria

Pasta de ajo y jengibre: 20 g

Corvina: 200 g

Sofrito

Aceite Vegetal: 1 Chorrillo

Cardamomo negro entero: 10 g

Cilantro en polvo: 10 g

Comino tostado: 10 g

Coriandro entero: 10 g

Pimentón rojo: 10 g

Macis entera: 10 g

Pasta de ajo y jengibre: 20 g

Pimienta blanca: 1 g

Cardamomo verde entero: 10 g

Clavo entero: 10 g

Comino entero: 10 g

Hoja de laurel: 1 Unidad

Cúrcuma: 10 g

Tomate: 350 grs.

Cebolla: 150 g

Yogur: 20 g

Preparación de la Receta

Corvina

- Limpiar la corvina, cortar en tacos y salpimentar
- Reservar.
- En una sartén con aceite de oliva, agregar la pasta de *ajo* y *jengibre*, un poco de sal y semillas de *mostaza*.
- Remover con cuchara de madera y añadir los tacos de corvina
- Disminuir el fuego y cocinar durante 6 minutos.
- En un tazón, mezclar las *especias* en polvo con el agua
- Volcar en la sartén y cocer a fuego lento, hasta que la corvina se impregne con las *especias*

Sofrito

- *Pelar* la *cebolla* y picar finamente
- Lavar el *tomate* y cortar en trozos medianos
- Reservar.
- En una sartén con aceite vegetal, colocar la pasta de *ajo* y *jengibre*, distribuir por toda la base con una cuchara de madera y cocinar a fuego bajo
- Incorporar las *especias* en grano y la hoja de *laurel*
- Remover con la cuchara de madera, agregar la *cebolla* picada y el *tomate* en trozos
- Dejar pochar.
- Con pinzas, retirar las *especias* en grano del sofrito y descartar
- En un tazón, mezclar las *especias* en polvo
- Verter el agua, mezclar e incorporar al sofrito.
- A continuación, añadir el yogurt, remover y cocinar a fuego lento hasta que reduzca

Armado

- Cuando el sofrito esté casi listo, agregar el *jugo* de lima y la corvina.
 - Golpetear la sartén para remover sin que se rompan los tacos de corvina
 - Rectificar de agua de ser necesario y cocinar por 2 minutos más.
 - Retirar, servir en un plato y decorar con *cebollino* fresco picado.
-
- Siempre que compres pescado, verifica que la carne esté firme y tensa
 - Si la presionas, debe volver a su lugar enseguida
 - La piel brillante también es un indicador de frescura.
 - Utiliza tomates en racimo, que resultan mucho más jugosos y sabrosos.

Para más

- Si recetas tan deliciosas como ésta, no te pierdas el nuevo programa de "[Cocina India](#)".

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/corvina-masala>