

Corvina pochada sobre espejo de lentejas

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Fondo de Pescado: 1/2 L Jugo de Limón: 1/2 Unidad

Sal y Pimienta: A gusto Corvina: 4 Filetes

Espejo de lentejas

Ajos: 2 DienteHongos Shitake: 150 grs.Merken: 1 cdita.Sal y Pimienta: A gusto

Champiñones: 150 g Lentejas remojadas: 1 1/2 Taza

Aceite De Oliva: 1/4 Taza Vino Tinto: 2 cda.

Caldo de verduras: 2 Tazas Echalottes: 2 Unidades

Puré

Panceta: 3 Fetas

Papas: 2 Unidades

Piñones pelados y cocidos: 100 g **Sal**: Cantidad necesaria

Manteca: 1 cda.

Varios

Piñones picados: 20 g

Eneldo: 1 Ramas Aceite De Oliva: 2 cdas.

Merken: 1 cdita. Ciboulette picado: 1 cda.

Romero: 1 Rama

Preparación de la Receta

- En una olla caliente el fondo de pescado.
- Condimente los filetes con sal, pimienta y el jugo de limón.
- Coloque los filetes a pochear durante 20minutos.

Espejo de lentejas

- Pele y pique finamente los echalotes y los ajos.
- Pique la panceta.
- Corte en tiras los shitakes y los champiñones.
- En una olla coloque a cocinar las lentejas junto con el caldo de verduras y el vino tinto
- Cocine durante 15 minutos.
- En una sartén con aceite de oliva caliente rehogue los echalotes junto con los ajos y la panceta.
- Añada los shitake y los champiñones.
- Condimente con ají merken, sal y pimienta, luego incorpore las lentejas
- Mezcle.

Puré

- Pele y pique las papas.
- Pique los piñones.
- En una olla con abundante agua caliente y sal hierva las papas.
- Retire y prepare un puré.
- Añada la manteca, los piñones y mezcle

Armado

- Coloque en una manga el puré y sobre un plato realice un marco.
- Dentro de este coloque las lentejas.
- Sobre las lentejas coloque el pescado.
- Haga una mezcla con el aceite de oliva, el ciboulette, los piñones picados, y el merken
- Mezcle.

Presentación

• Decore el plato con eneldo, romero y la mezcla última .

Consulta la receta original en https://elgourmet.com/recetas/corvina-pochada-sobre-espejo-de-lentejas