Dorado con costra de cebada y cítricos



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Sal y Pimienta: A gusto
Dorado: 2 Filetes
Aceite De Maíz: Cantidad necesaria

Costra

Manteca: 200 g
Perejil: 1 cdita.
Pan Lactal: 2 Rodajas
Ralladura de naranja: 1 cdita.
Ajo picado: 1 cdita.
Sal y Pimienta: A gusto
Eneldo: 1 cdita.

Guarnición

Champiñones: 6 Unidades
Manteca: 1 cda.
Sal y Pimienta: A gusto

Risotto de cebada perlada

Vino blanco seco: 1/4 Vaso
Cebolla: 1 Unidad
Fondo de ave: Cantidad necesaria
Manteca: 3 cdas.
Cáscara de Lima: 1/2 cdita.
Cascara de naranja: 1/2 cdita.
Ajo picado: 1 cdita.
Queso Parmesano: 3 cdas.
Sal y Pimienta: A gusto
Cebada perla: 1 Taza

Salsa

Berro: 1 Tazas
Ajo picado: 1/2 cdita.
Aceite De Oliva: 1 Taza
Perejil picado: 1 cdita.

Teja de parmesano

Queso Parmesano: 200 grs.

Preparación de la Receta

- Retire las espinas y la piel de los filetes.
- Corte en porciones.
- Una tres porciones y envuelva con papel aluminio formando un cilindro
- Ate con hilo.

Costra

- Procese el pan lactal y tuesta en el horno.
- En un bowl coloque la *manteca* pomada y agregue el pan, el *eneldo*, el *ajo*, el *perejil* y la ralladura de *naranja*
- Mezcle y condimente con sal y pimienta.
- Coloque entre dos films y estire de 3 mm de espesor.
- Lleve a la heladera hasta que la *manteca* endurezca.

Risotto de cebada perlada

- Corte la *cebolla* y el *ajo* en *brunoise*.
- En una olla con 1cda de *manteca* caliente, sude la *cebolla*, condimente con sal y pimienta.
- Incorpore la cebada y selle.
- Vierta el vino y deje evaporar el alcohol.
- Agregue la piel de *naranja* y de lima.
- Añada poco a poco el caldo caliente y cocine de 18 a 20 minutos.
- Luego incorpore el queso y la *manteca* restante fría.
- Deje reposar 10 minutos.

Guarnición

- En una sartén con *manteca* noisette, caramelice los champiñones cortados en cuartos, por todos los lados.

Teja de parmesano

- En una sartén caliente, agregue el parmesano rallado dando forma de rectángulo, de vuelta y caramelice.
- Retire y coloque sobre papel absorbente.

Salsa

- En un bowl con aceite de oliva incorpore el *berro* lavado, el *ajo* y el *perejil*.
- Procese con un mixer hasta que emulsione
- Reserve en heladera.

Armado

- En una sartén con aceite de maíz selle el pescado de ambos lados incorporando sal
- Coloque la costra en la superficie del cilindro de pescado y lleve al horno a 180°C hasta que gratine por completo.
- Retire el aro de papel aluminio.

Presentación

- En un plato sirva la cebada en un aro y desmolde, por encima el pescado y salsee con la salsa
- Acompañe con los champiñones y decore con la teja de queso parmesano

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/dorado-con-costra-de-cebada-y-citricos