Dorado en croute de almendras e hinojos braseados con una compota de limón



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Tomillo: 1 cdita.
Miga de pan fresco: 4 Rodajas
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Almendras Tostadas: 1 cda.
Perejil: 1 cdita.
Manteca pomada: 2 cdas.
Sal y Pimienta: A gusto
Dorado: 2 Filetes

Compota de limón

Piel de limón: 1 Unidad
Manteca: 2 cdas.
Pimienta: A gusto
Manzanas verdes: 2 Unidades

Hinojos braseados

Sal y Pimienta: A gusto
Hinojo: 1 Bulbo
Fumet de pescado: Cantidad necesaria
Tomates: 2 Unidades
Manteca: 1 cda.

Preparación de la Receta

- Retire las espinas de los filetes.
- Realice sobre la piel cortes superficiales en forma de cuadriculado y condimente con sal y pimienta.
- Coloque en un mixer la miga de pan junto con la *manteca* y procese.
- Agregue las almendras, el *tomillo*, el *perejil* y procese nuevamente
- Coloque entre dos papel film y estire de 2 mm aproximadamente.
- Lleve a la heladera hasta que quede firme.

Hinojos braseados

- Corte los tomates en curtos y retire las semillas y la piel.
- En una sartén con *manteca* caliente, selle el *hinojo* cortado en cuartos, condimente con sal y pimienta.
- Agregue los tomates.
- Vierta el fumet y cubra con papel aluminio.
- Lleve al horno a 220°C de 30 a 40 minutos.
- Retire el *hinojo* y los tomates, y cuele el fumet.
- Lleve al fuego agregue *manteca* fría y emulsione.

Compota de limón

- En una olla con 1 cda de *manteca* caliente, dore las manzanas previamente peladas, sin semillas y cortadas en cubos.
- Incorpore la piel de **limón** cortada en juliana.
- Cocine durante 30 minutos hasta llegar a apunto de compota.
- Agregue el resto de *manteca* fría y emulsione

Armado

- En una sartén con aceite de oliva caliente, selle los filetes por el lado de la piel.
- Retire los filetes y coloque por encima parte de la croute por el lado de la carne y deje reposar
- Lleve al horno a 220°C, 4 minutos hasta que gratine

Presentación

- Sirva en un plato con los hinojos braseados por encima los filetes en croute de almendras y acompañe con la compota de *limón*
- Salsee con el fumet espesado con *manteca*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/dorado-en-croute-de-almendras-e-hinojos-braseados-con-una-compota-de-limon