

Ensalada marroquí crocante

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Besugo: 1 Unidad

Ensalada

Sal: A gusto

Manzanas rojas: 2 Unidades

Almendras: 1/4 Taza

Rabanitos: 150 grs.

Perejil: 1/2 Taza

Zanahoria: 300 g

Cilantro: 2 cdas.

Menta fresca: 2 cda.

Pasas de Uva: 30 grs.

Marinada

Cebolla: 1 Unidad

Jugo de Limón: 1 Unidad

Sal y Pimienta: A gusto

Ajo: 1 Diente

Pimentón: 1/2 cda.

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Cúrcuma: 1/2 cdita.

Vinagreta

Semillas de sésamo: 3 cdas.

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite De Oliva: 120 cc

Tahineh: 1 cda.

Vinagre de vino: 2 cdas.

Preparación de la Receta

- Limpie el pescado, retire los filetes y corte a lo largo, desechando la parte que tiene espinas

Marinada

- Pele y corte la *cebolla* en cubos pequeños.
- Pele y pique el *ajo*.
- Exprima el *limón*.
- En una fuente coloque la *cebolla*, el *pimentón*, *cúrcuma*, *jugo de limón*, el *ajo* y el aceite de oliva
- Mezcle bien.

Armado

- Cubra el pescado, con la *marinada*.
- Lleve a la heladera a *marinar* por 2 horas.
- Retire el pescado y coloque en una sartén caliente del lado de la piel a *dorar* por 2 min.
- Agregue un poco de la *marinada*.

Ensalada

- Corte los rabanitos en láminas finas.
- Corte las manzanas al medio, retire las semillas y corte en láminas finas.
- Pele la *zanahoria* y corte con una mandolina en tiras finas.
- Deshoje el *perejil*, la *menta* y el *cilantro* y troce con las manos.
- En una sartén sin materia grasa tueste las almendras, peladas y fileteadas.
- En un bowl mezcle, los rabanitos, las pasas de uva, la *manzana*, sal, la *zanahoria*, el *perejil*, las almendras, la *menta* y el *cilantro*.

Vinagreta

- En una sartén caliente sin materia grasa tueste las semillas de *sésamo*.
- En un bowl mezcle la tahina con el *vinagre*, sal, pimienta y el aceite de oliva.
- Agregue la mitad de las semillas de *sésamo*
- Reserve el resto

Presentación

- Sirva el pescado con la *marinada* sobre la ensalada condimentada con la vinagreta, Termine con las semillas de *sésamo* reservadas y decore con *perejil* fresco.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/ensalada-marroqui-crocante>