

Filete de extraviado en salsa verde con verdolagas

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Robalo: 1 Unidad

Caldo

Poro: 1 Unidad

Bouquet garnie: 1 Unidad

Cebolla: 1 Unidad

Vino Blanco: 1/4 Taza

Huesos de pescado: 1 Unidades

Guarnición

Sal: A gusto

Cebolla: 1 Unidad

Hojas De Aguacate: 2 Unidades

Ajo: 1 Diente

Calabazas / variedad: 100 g

Salsa verde

Chile serrano: 6 Unidades

Manteca De Cerdo: 1 cda.

Hoja Santa: 1 Unidad

Sal: A gusto

Manteca De Cerdo: 1 cda.

Agua fria: Cantidad necesaria

Verdolaga: 300 g

Frijoles negros: 1 Taza

Manteca: 1 cda.

Tomates Verdes: 5 Unidades

Preparación de la Receta

Salsa verde

- En una olla con agua caliente cocine los tomates verdes junto con los chiles verdes durante 10 minutos. Retire, y una vez fríos tritúrelos junto con la hoja santa.
- En una olla con *manteca* derretida caliente la salsa.

Caldo

- Pele y corte en pluma la *cebolla*.
- Corte el *poro* en finas rodajas.
- Lleve una olla a fuego y coloque la *manteca*, una vez derretida agregue los huesos de pescado, la *cebolla* y el *poro*, mezcle y agregue vino blanco, el bouquet garni y cubra con agua fría. Condimente con sal y deje cocinar a fuego medio. Retire la espuma que se forma en la superficie. Luego cuele.

Guarnición

- Remoje los frijoles durante 12 horas aproximadamente.
- Corte las calabazas en cuartos.
- Pele y pique el *ajo*.
- Pele y pique la *cebolla*.
- En una sartén con *manteca* derretida saltee la *cebolla* junto con el *ajo*, una vez dorado agregue los frijoles, cocine unos minutos e incorpore las hojas de *aguacate* previamente trituradas. Condimente con sal y termine la cocción durante 10 minutos más.

Armado

- Corte el *lomo* de *róbalo* en porciones.
- En una sartén con una taza de caldo bien caliente cocine las porciones de *róbalo* durante 6 minutos aproximadamente, tape la sartén.
- En una olla con el resto de caldo cocine las verdolagas previamente lavadas, condimente con sal.

Presentación

- Sirva en un plato una porción de pescado, encima la salsa verde, las verdolagas y las calabacitas. Acompañe con los frijoles.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/filete-de-extraviado-en-salsa-verde-con-verdolagas>