

# Filetes de mero a la provenzal

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Vino Blanco:** 1/2 Vaso

**Ajo:** 2 Dientes

**Echalotte:** 1 Unidad

**Filetes de mero:** 2 Unidades

**Papines andinos cocidos:** 1 Taza

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria

**Tomates:** 2 Unidades

**Perejil picado:** A gusto

**Manteca:** 1 Nuez

## Nabos glaseados

**Sal:** A gusto

**Nabo:** 1 Unidad

**Azucar:** 1 cda.

**Manteca:** 1 cda.

## Preparación de la Receta

- Corte los filetes en porciones.
- Pele el *echalotte*, el *ajo* y pique.
- Retire el pedúnculo de los tomates y realice un corte en forma de cruz en la base.
- Pase por agua hirviendo durante 30 segundos retire coloque en un baño maría inverso y pele.
- Corte por la mitad retire el agua de vegetación junto con las semillas y pique.
- Corte los papines por la mitad.

## Nabos glaseados

- Pele el *nabo* y corte en rodajas gruesas.
- Coloque en una sartén agregue la *manteca*, el azúcar y la sal.
- Lleve al fuego y vierta agua casi a nivel.
- Una vez que llega a punto de hervor baje el fuego y deje reducir todo el líquido.

## Armado

- En una sartén con aceite de oliva caliente, selle el pescado por el lado de la piel.
- Incorpore el *tomate* junto con el *echalotte*, el *ajo* y la *manteca*.
- Vierta el vino, deje reducir y agregue los papines
- Condimente con sal y pimienta, añada el *perejil* y termine la cocción.

## Presentación

- Sirva en un plato hondo los filetes de mero junto con la *guarnición* de cocción y acompañe con el *nabo* glaseado.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/filetes-de-mero-a-la-provenzal>