Filetitos de cabrilla a la piedra (cuarzo), ensalada de escarola y ajo, salsa chancho en piedra

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Aceto balsámico: A gusto
Ajo: 1 Diente
Pescado limpio: 500 grs.
Aceite De Oliva:
Ajo: 1/2 Diente
Escarola: 1 Unidad

Chancho en piedra

Pimienta: A gusto
Cebolla: 1 Unidad
Ajo: 3 Dientes
Ají Verde: 1 Unidad
Sal: A gusto
Aceite De Oliva:
Tomates: 3 Unidades

Preparación de la Receta

- La cabrilla es un pez que se alimenta de moluscos bivalvos que encuentra en las piedras, por eso su carne resulta tan apetitosa.
- Calentar al fuego o brasas una piedra de cuarzo
- Necesitamos este tipo de piedra, ya que es necesario que no estalle al fuego, y por otro lado, que ofrezca poca porosidad.
- Picamos el **ajo** y lo mezclamos con 3 cucharadas de aceite de oliva y una cucharada de aceto balsámico.
- Preparar la **chancho** en piedra machacando en mortero todos los ingredientes (tomate, *cebolla* cortada, pimientos de colores -amarillo, rojo-, algo de *limón*, *ajo*, *cilantro* o *perejil*, sal y aceite de oliva)
- Puede agregarse pimienta a gusto
- Nos queda una especie de salsa criolla
- Los aborígenes y los campesinos chilenos la machacan con una piedra sobre la pala que usaban para trabajar la tierra, lo cual no resultaba muy higiénico

- De allí su nombre “chancho en piedra”

- Para filetear el pescado

- Siempre es conveniente un cuchillo de hoja flexible, para poder trabajar cómodamente entre las espinas
- Los pescados de roca como la cabrilla suelen tener partes rojas
- Son carotenoides que obtienen de los cangrejos y de los *langostinos*
- Esto nos indica que el pez habita en la roca y se alimenta de crustáceos

Para este pescado redondo procedemos como lo hacemos siempre

- Le quitamos las aletas
- Cortamos por la carne que encontramos cuando finaliza la dureza de su cabeza, con un corte hacia la misma
- Como es un pescado *redondo*, obtendremos de él dos filetes, uno por cada lado
- Cortamos siguiendo la línea de su *lomo* y hacemos otro corte idéntico de lado de su *panza*
- Luego profundizamos el corte hasta separarlos
- Los limpiamos de espinas y partes no blancas de carne
- Le sacamos la piel con el cuchillo en ángulo de 45 grados hacia el pescado
- Damos forma a los filetitos de pescado, que no deben ser gruesos, ni muy finos ya que los cocinaremos en piedra
- Los mojamos con aceite de oliva, salamos y cocinarlos sobre la piedra
- Lo salamos nuevamente al darlo vuelta.
- Servimos en un plato el pescado con ensalada de escarola cortarla un poco con los dedos
- Agregamos *limón*, sal y un poco de aceite de *ajo*
- Terminar con la salsa *chancho* en piedra, esparciéndola sobre el pescado y junto a él

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/filetitos-de-cabrilla-a-la-piedra-cuarzo-ensalada-de-escarola-y-ajo-salsa-chancho-en-piedra