Filetti di triglia ripieni con finocchi in padella con uvetta (Filetes de trilla rellenos con hinojo salteados con pasas de uvas)



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Manteca: 20 g
Sal y Pimienta: A gusto
Trillas: 12 Filetes
Ciboulette: Cantidad necesaria

Guarnición

Manteca: 30 g
Pasas de uva negras: 100 g
Hinojos: 3 Unidades
Caldo de verduras: 50 cc
Sal y Pimienta: A gusto

Relleno

Pimiento rojo: 1 Unidad
Berenjenas: 50 g
Zanahoria: 50 g
Sal y Pimienta: A gusto
Perejil picado: 1 cda.
Zucchini: 50 g
Caldo de verduras: Cantidad necesaria
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Ajo: 1 Diente
Pan Rallado: 50 g
Queso rallado: 25 g

Salsa

Manteca: 100 g
Sal y Pimienta: A gusto
Perejil: 1 cda.
Vino Blanco: 50 cc
Romero: 1 Rama

Varios

Pimienta: Cantidad necesaria
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Romero: 2 Ramas

Preparación de la Receta

Relleno

- Pele y corte la *zanahoria* en juliana.
- Corte la cáscara de los zucchinis en juliana.
- Corte el *pimiento*, retire las semillas y la parte blanca y corte en juliana
- Corte la cáscara de la *berenjena* en juliana.
- Pele y pique el *ajo*.
- En una sartén con aceite de oliva saltee las verduras con el *ajo*.
- Condimente con sal y pimienta.
- Retire las verduras sobre la tabla y pique, coloque en un bowl con queso rallado, el pan rallado, el caldo de verduras, *perejil*, aceite de oliva, sal y pimienta.
- Mezcle hasta lograr un relleno húmedo al tacto.

Armado

- Disponga los filetes sobre la tabla con la piel hacia abajo, sobre ellos coloque el relleno, enrolle y ate cada filete con una tirita de *ciboulette*.
- En un aplaca para horno enmantecada cocine las trillas rellenas, condimente con sal, pimienta y aceite de oliva.
- Lleve al horno precalentado a 180° durante 5 minutos

Guarnición

- Corte el **hinojo** en láminas muy finas.
- Pique las pasas de uva.
- Pele el *ajo*.
- En una sartén con *manteca* saltee el *hinojo* con el *ajo* entero, agregue las pasas de uva, sal y pimienta.
- Incorpore el caldo de verdura y cocine hasta que el *hinojo* este blando.
- Retire el *ajo*.

Salsa

- En una sartén coloque la *manteca* a derretir con el vino blanco, el *perejil*, el *romero*, sal y pimienta.
- Deje reducir el alcohol y cocine hasta emulsionar.

Presentación

- En la base del plato coloque la *guarnición*, encima coloque las trillas rellenas, rocíe con la salsa y termine con pimienta, aceite de oliva y *romero*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/filetti-di-triglia-ripieni-con-finocchi-in-padella-con-uvetta-filetes-de-trilla-rellenos-con-hinojo-salteados-con-pasas-de-uvas