Fricassee de ave y langostinos con couscous

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Manteca: 30 g
Roux rubio: 200 g
Perejil fresco: A gusto
Champignones: 500 g
Cebolla grelot: 8 Unidades
Sal y pimienta blanca: A gusto
Fondo claro de ave: 2 L
Panceta ahumada: 300 g
Blanco de ave: 1 k
Cous Cous: 200 g
Ajo: 5 Dientes
Crema de leche: 500 cc
Langostinos: 2 k
Caldo De Ave: 400 cc
Vino blanco seco: 500 cc

Preparación de la Receta

- Limpie los **langostinos** dejándoles la cola.
- Coloque el couscous en un bowl.
- Coloque el caldo de ave en una *cacerola* y lleve a fuego, sazone con sal y pimienta y agregue una nuez de *manteca*, una vez que rompa hervor viértalo sobre el couscous, tape el bowl y deje reposar durante 20 minutos.
- En una *cacerola* de bordes altos coloque la *manteca*, una vez fundida incorpore los champiñones previamente cortados en cuartos, cocine hasta que estén dorados, luego retire y reserve.
- En la misma sartén nuevamente con *manteca* saltee la *panceta* cortada en lardon, retire y reserve junto con los champiñones.
- En la misma sartén saltee el blanco de ave cortado en tiras, retire y reserve.
- En la misma sartén con *manteca* cocine las cabezas de los *langostinos*, una vez doradas incorpore los dientes de *ajo* picados y el vino blanco, deje reducir durante 4 minutos, luego agregue el fondo claro y deje reducir nuevamente
- Retire y cuele reservando el caldo.

Armado

- Coloque el caldo anteriormente reservado en una *cacerola* y lleve a fuego, luego incorpore el roux rubio, mezcle bien y agregue la *crema* de leche, cocine durante 5 minutos hasta que espese.
- Una vez que haya espesado incorpore los champiñones junto con la *panceta*, el blanco de ave anteriormente sellados y los *langostinos* crudos, sazone con sal y pimienta, cocine durante 5 minutos y retire.
- En una sartén caliente con *manteca* caramelice las cebollas grelot hasta que estén tiernas.
- Una vez tiernas las cebollas incorpórelas al fricasse.

Presentación

- Sirva en un plato un colchón de coucous y encima una porción de fricasse de ave y *langostinos* junto con las cebollas y la salsa de la cocción
- Decore con *perejil* fresco picado.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/fricassee-de-ave-y-langostinos-con-couscous