

# Guiso de municiones y frutos de mar

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

### Base de guiso

**Cognac:** 50 cc

**Vino Blanco:** 50 cc

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria

**Zanahoria en cubos:** 1/2 Taza

**Caldo de pescado:**

**Sal:** A gusto

**Laurel:** 2 Hojas

**Ajo:** 2 Dientes

**Apio:** 1/2 Taza

**Cebolla picada:** 1/2 Taza

### Caldo

**Sal:** A gusto

**Carcasas de langostinos:** 150 g

**Huesos de pescado:** 150 g

**Agua:** 1 1/2 L

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria

### Guiso

**Perejil picado:** 2 cdas.

**Abadejo:** 200 g

**Azafrán en hebras:** 2 cdita.

**Menta:** 2 cdas.

**Salmón rosado:** 200 g

**Fideos municiones:** 1/2 Taza

**Jugo de Limón:** 1 Unidad

**Langostinos pelados:** 200 g

### Salsa alioli

**Sal Marina:** A gusto

**Perejil picado:** 1 Taza

**Aceite de girasol:** 3/4 Taza

**Aceite De Oliva:** 1/4 Taza

**Ajo:** 4 Dientes

**Yemas:** 3 Unidades

**Vinagre:** 3 cdas.

# Preparación de la Receta

## Caldo

- En una *cacerola* con aceite de oliva caliente, coloque los huesos de pescado y las carcasas de *langostinos*, condimente con sal y deje *dorar*.
- Añada el agua y deje reducir 20 minutos espumando con la cuchara la superficie.
- Cuele y vuelva a reducir.

## Base de guiso

- Pele y pique el *ajo*.
- Corte las verduras en cubos pequeños.
- En una *cacerola* de hierro caliente con aceite de oliva saltée las verduras.
- Añada el *ajo*, el *laurel* y la sal.
- Agregue el cognac, el vino blanco y deje 5 minutos más.
- Incorpore el caldo y deje cocinar 20 minutos más.

## Guiso

- Corte los pescados en trozos.
- Coloque la base de guiso al fuego y añada el *azafrán* y el *jugo de limón*.
- Agregue lo fideos municiones y revuelva bien
- Cocine durante 10 minutos aproximadamente.
- A mitad de cocción agregue los *langostinos* y los pescados.
- Apague el fuego y deje el guiso en reposo unos minutos.
- Agregue *perejil* y *menta* picados.

## Salsa de alioli

- Pele y pique el *ajo*.
- Coloque los ingredientes en un procesador y procese hasta lograr una mezcla lisa, espumante y clara.
- Incorpore sin dejar de batir el aceite de girasol y luego el aceite de oliva.
- Agregue el *perejil* y termine de procesar.

## Presentación

- Coloque la salsa en un bowl.
- Sirva el guiso.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/guiso-de-municiones-y-frutos-de-mar>