Lenguado con papas, habas y chorizo



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Lenguado: 4 Filetes
Aceite De Oliva: 1 cda.
Sal y Pimienta: A gusto

Guarnición

Habas frescas: 2 Taza
Papas: 3 Unidades
Azucar: 2 cdas.
Lechuga: 4 Plantas
Caldo de carne: 1 Taza

Salsa alioli

Manteca: 50 g
Aceite De Oliva: 2 cdas.
Yemas: 4 Unidades
Vinagre Blanco: 2 cdas.
Mostaza de Dijon: 1 cda.
Pimienta de Cayena: 1/2 cdita.
Ajo: 4 Dientes
Sal y Pimienta: A gusto
Perejil picado: A gusto
Chorizo colorado: 1 Unidad

Preparación de la Receta

- Condimente los filetes de lenguado con sal y pimienta.

Guarnición

- En una olla con abundante agua cocine las papas con cáscara hasta que estén tiernas, condimente con sal
- Retire y en la misma agua cocine las **habas**.
- Una vez cocidas las *habas*, retire y pélelas junto con las papas.

- En la misma agua blanquee las plantas de *lechuga* durante 3 minutos
- Retire, escurra y pase por abundante agua fría.

Salsa alioli

- Procese los dientes de *ajo* junto con las yemas, luego condimente con sal, pimienta, *mostaza* de dijon, *vinagre* blanco, la pimienta de *cayena* y en forma de hilo incorpore el aceite de oliva mientras procesa todos los ingredientes.
- Corte el chorizo colorado en finas laminas.

Armado

- Corte las papas en rodajas.
- En una placa extienda las rodajas de papas junto con las *habas* y las rodajas de chorizo, lleve a horno y cocine durante 15 minutos aproximadamente.
- Lleve una sartén a fuego y vierta el caldo de carne, las lechugas blanqueadas y el azúcar
- Cocine durante 10 minutos.
- En una sartén caliente con aceite de oliva selle los filetes de ambos lados hasta dorarlos.

Presentación

- Sirva en un plato una porción de *lechuga*, una porción de las papas con *habas* y chorizo, un filete de lenguado y salsee con la salsa.
- Decore con hojas de *perejil* a gusto.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/lenguado-con-papas-habas-y-chorizo