

Lenguado con tartare de almejas y tían de vegetales

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Jugo de Limón: 2 cdas.

Hierbas frescas: A gusto

Lenguado: 2 k

Fumet de pescado: 2 Tazas

Ralladura de limón: 1 cda.

Cebollas: 2 Unidades

Almejas vivas: 15 Unidades

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Alcaparras: 2 cdas.

Salsa

Leche: 250 cc

Fumet de pescado: 1 Taza

Crema de leche: 250 cc

Yemas: 6 Unidades

Hierbas aromáticas picadas: 2 cdas.

Tían de vegetales

Berenjenas: 2 Unidades

Zapallitos: 3 Unidades

Ajo: 5 Dientes

Zucchini: 3 Unidades

Jugo de Limón: 4 cdas.

Tomillo: A gusto

Tomates: 3 Unidades

Varios

Hojas de menta: A gusto

Estragón: A gusto

Albahaca: A gusto

Preparación de la Receta

- Corte los filetes de lenguado en porciones.

- Pele y corte las cebollas en *brunoise*.
- En una sartén profunda y caliente con aceite de oliva sude las cebollas, una vez transparentes agregue las almejas vivas y una vez que tomen temperatura incorpore el fumet de pescado, tape la sartén y cocine hasta que las almejas estén todas abiertas, deseche las que no se abran.
- Retire las almejas de su balba y píquelas.
- Pique las *alcaparras* previamente desaladas junto con las hierbas y la ralladura de *limón*, coloque luego en un bowl y agregue el *jugo* de *limón* y aceite de oliva, mezcle y reserve a temperatura ambiente.

Salsa

- Coloque las yemas en un bowl y bata unos segundos, luego incorpore la leche junto con la *crema* de leche, el fumet de pescado y las hierbas aromáticas previamente picadas, lleve a baño maría mientras mezcla continuamente con una espátula hasta que la salsa espese.
- Una vez espesa retire y cuele.

Tían de vegetales

- Con la ayuda de una mandolina corte en rodajas las verduras.
- En una placa con un silpat acomode las rodajas de verduras en forma circular superponiéndolas
- Proceda del mismo modo con el resto de los vegetales.
- Bañe con aceite de oliva y perfume con *tomillo*, *jugo* de *limón* y dientes de *ajo*, sazone con sal
- Cocine en horno precalentado a 180°C durante 10 minutos aproximadamente.

Armado

- En una sartén bien caliente con aceite de oliva selle los filetes de lenguado previamente sazonados con sal.
- Sirva en un plato un tían y encima acomode una porción de lenguado sellado.

Presentación

- Acompañe con las almejas y salsee con la salsa.
- Decore con hojas de *albahaca*, *estragon* y *menta* frescas.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/lenguado-con-tartare-de-almejas-y-tian-de-vegetales>