

Lenguado salteado con calamar jamón crudo y salsa de salvia



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Lenguado: 4 Filetes Calamares: 2 Unidades Salvia: 3 Hojas Jamòn crudo: 4 Fetas

Guarnición

Papas: 2 Unidades
Sal y Pimienta: A gusto
Caldo de carne: 1/2 Taza
Nabos: 2 Unidades
Manteca: 1 Nuez
Coliflor: 1 Unidad

Varios

Perejil picado: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

- Retire la piel de los filetes.
- Pique el jamón crudo.
- Lave las hojas d salvia y pique.
- Limpie los calamares y separe los tentáculos del tubo.
- Corte el tubo en medias rabas

Guarnición

- Hierva la coliflor y cuele.
- Hierva la papa y cuele
- Hierva el nabo y cuele.

- Pise la papa
- Procese el nabo junto con la coliflor, agregue el puré de papas junto con la manteca condimente con sal y pimienta y mezcle

Armado

- En una sartén con aceite de oliva caliente, cocine los filetes.
- · Condimente con sal
- En una sartén con aceite de oliva caliente, saltee las medias *rabas* y los tentáculos, agregue el *jamón* crudo y la salvia.
- Vierta el caldo de carne y deje reducir un instante.

Presentación

- Sirva en un plato el puré acomode por encima los filetes y acompañe con los calamares y la salsa de salvia
- Decore con perejil picado.

Consulta la receta original en https://elgourmet.com/recetas/lenguado-salteado-con-calamar-jamon-crudo-y-salsa-de-salvia