

Lenguado salteado con calamar jamón crudo y salsa de salvia



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Lenguado: 4 Filetes

Salvia: 3 Hojas

Calamares: 2 Unidades

Jamón 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>