Lubina a la Plancha Envuelta en Bacon y Zanahorias Glaseadas



Ingredientes

Cebollas: 2 Unidades
Azucar: 50 grs
Limones: 3 Unidades
Mantequilla: 140 grs
Pimienta blanca: c/n
Romero: 150 grs
Aceite De Oliva: c/n
Zanahorias: 1 Manojo
Albahaca: 150 grs
Vino Blanco: 1 Vaso
Lubinas: 2 Unidades
Panceta: 250 grs
Pimienta Negra: c/n
Sal: c/n
Hinojos: 2 Unidades

Preparación de la Receta

- Pedimos a nuestro pescadero que nos limpie dos lubinas medianas solo quitando las escamas y abriendo por la mitad.

Para aromatizar las lubinas

cortamos albahaca y romero y en una cama de aceite las a&ntilde

- Adimos junto a sal, pimienta negra y *jugo* de *limón*
- Masajeamos las lubinas con la mezcla.

Relleño

- Cortamos *cebolla*, *hinojo* y el *limón*
- Echamos aceite y rellenamos nuestra lubinas con ello.
- Las envolvemos con *panceta* y las cerramos.

- Echamos en una sartén grande aceite, *mantequilla*, un poco de *albahaca*, *romero* y pimienta negra y freímos las lubinas durante 8 minutos, cuidando que no se seque el pescado.
- Empezamos con fuego lento y lo vamos subiendo.

Glaseado de Zanahorias

- En una olla echamos *mantequilla*, aceite y las zanahorias cortadas a lo largo.
- Removemos todo y añadimos el azúcar y cubrimos con agua templada y dejamos cocer hasta que el líquido se evapore.

Salsa

- En la misma sartén donde hemos frito el pescado, añadimos *cebolla* picada y la dejamos cocinar 3 minutos.
- Añadimos vino blanco hasta que se evapore.
- Agregamos pimienta negra, *mantequilla* y *jugo* de *limón*.
- Emplatamos las lubinas en una fuente grande, echamos por encima las zanahorias y la salsa.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/lubina-a-la-plancha-envuelta-en-bacon-y-zanahorias-glaseadas