

Merluza con salsa de chicharos

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Sal y Pimienta: A gusto

Merluza: 2 Filetes

Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria

Esencia de páprika

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Paprika: 10 g

Guarnición

Pimienta: A gusto

Sal Marina: A gusto

Puerros: 6 Unidades

Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria

Salsa de chicharos

Sidra: 20 cc

Orégano: 1 cda.

Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria

Sal y Pimienta: A gusto

Echalotte chico picado: 1 Unidad

Arvejas congeladas: 400 g

Varios

Tomillo: 2 Ramas

Preparación de la Receta

- Corte la merluza en porciones.
- Condimente con sal y pimienta.
- En una sartén rociada con aceite de oliva cocine el pescado comenzando del lado de la piel.
- De vuelta el pescado y apague el fuego.

Salsa de chicharos

- En una olla rociada con aceite de oliva, rehogue el *echalotte*.
- Agregue los chicharos o arvejas, el *orégano*, sal y pimienta.
- Deslace con la mitad de la sidra, deje evaporar el alcohol y cocine por unos minutos.
- Luego procese la salsa con un procesador manual, pase por un colador chino y añada el resto de la sidra, mezcle y reserve.

Guarnición

- Blanquee los puerros en una olla con agua salada hirviendo, retire y pase por agua helada.
- Corte los puerros al medio a lo largo.
- En un grill bien caliente, rociada con aceite de oliva, coloque los puerros
- A cocinar con sal marina y pimienta negra.

Esencia de páprika

- En un bowl pequeño mezcle la *paprika* con el aceite de oliva y reserve.

Presentación

- En la base del plato coloque la *guarnición* de puerros, encima el pescado.
- Rocíe con la salsa de **chicharos** y la esencia de *páprika*. Decore con *tomillo* fresco.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/merluza-con-salsa-de-chicharos>