

Merluza con salsa de guisantes y manchas negras

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Lomo de merluza: 1 Unidad

Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria

Compota de tomate e hinojo

Jugo de Limón: 1 cdita.

Tomate concasse: 1 Unidad

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria

Salsa de guisantes

Caldo De Pollo: 100 cc

Pimienta roja molida: Cantidad necesaria

Sal y Pimienta: A gusto

Vinagre de Arroz: 10 cc

Salsa Negra

Vino Blanco: 30 cc

Aceite de ajo: 20 cc

Varios

Lemon Grass seco: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

Sal y Pimienta: A gusto

Hinojo: 1/2 Unidad

Azucar morena: 10 grs.

Echalotte picado: 2 cdas.

Arvejas blanqueadas: 1 Taza

Tinta de calamar: 1 cda.

- Corte la merluza en porciones y haga un corte en cruz en la piel.
- Condimente con sal y pimienta de ambos lados.
- En una sartén rociada con aceite de oliva, selle el pescado.
- Lleve al horno precalentado a 180 ° hasta terminar la cocción.

Compota de tomate e hinojo

- En un procesador coloque el *hinojo* con el *jugo de limón*. Procese y reserve.
- En una sartén rociada con aceite de oliva, saltee el *tomate concassé* junto con el *hinojo* procesado, sal, pimienta y azúcar morena.
- Deje cocinar a fuego bajo.

Salsa de guisantes

- En un mortero muele la pimienta roja.
- En una sartén rociada con aceite de oliva, rehogue el *echalote* picado, agregue las *arvejas*, el caldo de *pollo*, sal, pimienta, pimienta roja y *vinagre* de *arroz*.
- Deje cocinar por unos minutos y coloque en un procesador, procese hasta lograr una consistencia cremosa, agregue caldo de *pollo* si fuera necesario.

Salsa negra

- Disuelva la tinta de *calamar* con el vino blanco.
- Coloque en una olla a calentar.
- Deje reducir y termine con aceite de *ajo*.
- Mezcle hasta emulsionar.

Presentación

- En el plato, coloque una quenefa de compota de *tomate e hinojo*, encima coloque el pescado, rocíe con la salsa de *arvejas* y la salsa negra.
- Decore con *lemon grass* seco.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/merluza-con-salsa-de-guisantes-y-manchas-negras>