Merluza negra con sopa de lentejas

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Sal y Pimienta: A gusto
Aceite De Oliva: 1 cda.
Merluza negra: 1 k

Sopa de lentejas

Sal: A gusto
Cebolla: 1 Unidad
Apio: 2 Ramas
Albahaca: 1 Rama
Crema de leche: 100 cc
Lentejas: 300 g
Perejil: Rama
Puerros: 2 Unidades
Caldo de verduras: Cantidad necesaria
Champignones: 200 g
Laurel: 1 Hoja
Aceite De Oliva: 1 cda.
Zanahoria: 1 Unidad
Panceta ahumada: 200 g

Preparación de la Receta

- Elimine la piel de la merluza y corte en porciones.
- En una sartén caliente con aceite de oliva selle el pescado.
- Condimente con sal y pimienta

Sopa de lentejas

- Hidrate las lentejas durante 4 horas.
- Cocine las lentejas hidratadas en abundante agua salada, cuele y reserve.
- Corte la *panceta* en cubos.
- Corte los champignones en cuartos.
- Corte el *apio* y la *zanahoria* en cubos pequeños.

- Corte los puerros en rebanadas finas al sesgo.
- Pique finamente la *cebolla*.
- En una sartén caliente con aceite de oliva dore la *panceta*.
- Agregue los champignones y saltee.
- Incorpore el *apio*, la *zanahoria* y mezcle.
- Añada el *puerro* y la *cebolla*.
- Condimente con sal y deje sudar las verduras.
- Integre las lentejas cocidas y el *laurel*.
- Cubra con caldo de verduras y cocine durante 10 minutos.
- Aromatice con la *albahaca* y el *perejil*.
- Retire inmediatamente las hierbas.
- Agregue la *crema* de leche y mezcle bien.

Presentación

- En un plato hondo sirva un poco de la **sopa** y encima el pescado.
- Espolvoree con *perejil* picado.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/merluza-negra-con-sopa-de-lentejas