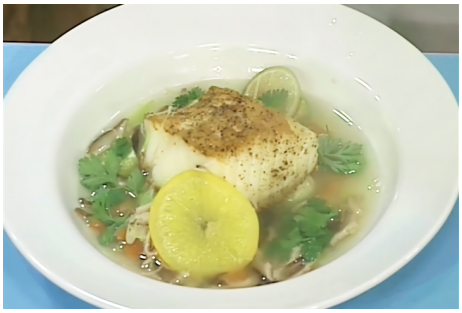
Merluza negra en caldo de lemon grass



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

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

Caldo de lemon grass

Lima: ½ Unidad
Cebolla de verdeo: 2 Unidades
Ajo: 2 Dientes
Tomates: 2 Unidades
Lemon grass - vara: 1 Unidad
Pimienta Negra: A gusto
Jengibre: 10 g
Aceite de Sésamo: 50 cc
Sal: A gusto
Cilantro: 10 Hojas
Anís estrellado: 1 Unidad
Shiitake: 50 g
Tomatillos verdes: 200 g
Naranja: ¼ Unidad

Guarnición

Bokchoi: 4 Plantas
Ajo: 2 Dientes
Caldo de lemon grass: 100 cc
Sal y Pimienta: A gusto
Aceite De Oliva: 1 cda.

Opcional

Cilantro:

Preparación de la Receta

- Limpie la merluza y seque con un papel absorbente.

- Corte la merluza en porciones y salpimente.
- En una sartén con aceite de oliva selle la merluza por ambas caras.
- Termine la cocción en el horno durante 5 minutos.

Caldo de lemon grass

- Corte el lemon grass en 4 y machaque con la parte de atrás del cuchillo
- Pele el *jengibre* y corte en fina juliana.
- Corte la *naranja* y la lima en rodajas.
- Pele y machaque el *ajo*.
- Filetee los *hongos* shiitake.
- Corte la *cebolla* de verdeo en rodajas finas al sesgo y reserve.
- Corte los tomatillos al medio y reserve.
- Corte los tomates en cubos pequeños y reserve.
- En una *cacerola* con abundante agua disponga el lemon grass, el *jengibre*, el anís, la *naranja* , la lima, el *ajo*, el *cilantro*, sal, pimienta, el aceite de *sésamo*, los shiitake.
- Cocine a fuego bajo durante 10 minutos.
- Retire el *cilantro*, el lemon grass y el *ajo*.
- Al final de la cocción incorpore sal, la *cebolla* de verdeo, los tomatillos y los tomates.

Guarnición

- Corte los bokchoi al medio y lave bien.
- Pele y machaque el *ajo*.
- En una sartén caliente con aceite de oliva dore el *ajo*.
- Incorpore el bokchoi y saltee rápidamente
- Condimente con sal y pimienta
- Incorpore el caldo colado y deje reducir.

Presentación

- Sirva el bokchoi en el fondo de un plato hondo, encima sirva el pescado.
- Cubra con el caldo.
- Decore con hojas de *cilantro*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/merluza-negra-en-caldo-de-lemon-grass