

Merluza negra en crema caliente de levadura

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Sal: A gusto

Manteca: 100 g

Aceite De Oliva: 1 cda.

Vino Blanco: 250 cc

Merluza negra: 1 k

Decoración

Aceite para freír: Cantidad necesaria

Piel de pescado reservada:

Guarnición

Espárragos: 250 g

Sal: A gusto

Habas: 250 g

Manteca: 1 cda.

Aceite de Nuez: 30 cc

Miel: 1 cda.

Azafrán en hebras: A gusto

Zanahorias: 2 Unidades

Puerros: 2 Unidades

Salsa de levadura

Arroz arborio: 50 g

Vino Blanco: 100 cc

Crema de leche: 400 cc

Pimienta Negra en grano: 1 cda.

Perejil: 2 Ramas

Puerros: 2 Unidades

Levadura fresca: 25 grs.

Agua mineral gasificada: 500 cc

Echalottes: 2 Unidades

Aceite De Oliva: 30 cc

Tomillo: 1 Rama

Preparación de la Receta

- Elimine la piel del pescado y corte en porciones de 250 gramos.
- Reserve la piel para la decoración.
- En una sartén con aceite de oliva selle el pescado.
- Retire del fuego, dé vuelta y condimente con sal.
- Agregue el vino y la *manteca*.
- Cocine en el horno caliente (200° C) durante 8 a 10 minutos aproximadamente.

Salsa de levadura

- Pique finamente los puerros y las *échalotes*.
- Machaque la pimienta.
- En una *cacerola* caliente con aceite de oliva rehogue los puerros con las *échalotes*.
- Vierta el agua mineral y el vino.
- Agregue el *arroz*, la pimienta, el *perejil* y el *tomillo*.
- Cocine durante 4 minutos.
- Pase a través de un colador chino.
- Vuelva sobre fuego bajo y mezcle con la **crema**.
- Incorpore la **levadura** desmenuzada y bata con un batidor fino hasta que espese.

Guarnición

- Corte los puerros y las zanahorias en hilos.
- Descarte los tallos de los espárragos.
- En una *cacerola* con abundante agua salada hirviendo blanquee los puerros, las zanahorias, las *habas* y las puntas de espárragos durante 20 segundos.
- En una sartén con *manteca* y el aceite de nuez saltee las verduras.
- Condimente con la miel y el *azafrán*.
- Elimine el exceso de líquido.

Decoración

- Corte la piel del pescado en tiras y fría en aceite caliente.

Presentación

- En el fondo de un plato, sirva una poco de salsa de *levadura*, encima las verduras, y finalmente el pescado.
- Decore con la piel del pescado frita.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/merluza-negra-en-crema-caliente-de-levadura>