# 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 freir**: Cantidad necesaria
**Piel de pescado reservada**:

### Guarnición

**Esparragos**: 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 (200º 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**