

Moqueca de pescado

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Langostinos: 200 g

Leche de coco: 450 g

Jugo de Limón: 150 cc

Cebolla de verdeo: 100 grs.

Sal y pimienta negra: A gusto

Tomate concasse: 200 g

Cilantro: 100 Cantidad necesaria

Ajo: 3 Dientes

Morrón Rojo: 150 g

Cebolla: 200 g

Aceite de dende: 100 cc

Filete de abadejo: 1 Unidad

Preparación de la Receta

- Limpie los *langostinos* crudos.
- Corte el *abadejo* en postas de 3 a 4cm de espesor.
- Coloque en un bowl el *ajo* picado, sal y *jugo de limón*, mezcle y agregue el *abadejo* junto con los *langostinos*, mezcle y deje macerar.

Armado

- En una *cacerola* caliente con aceite de dende saltee la *cebolla* junto con el *morrón* y la parte blanca de la *cebolla* de verdeo, todos previamente cortados en *brunoise*, revuelva para que los vegetales vayan sudando hasta que queden totalmente tiernos y transparente.
- Luego incorpore el *tomate concasse*, sazone con sal y pimienta, mezcle y una vez que los vegetales estén en su punto de cocción agregue la leche de coco, mezcle y deje reducir a fuego lento, una vez que la leche de coco comience a espesar incorpore los *langostinos* y las postas de *abadejo*, corrija de sal y pimienta, espolvoree con *perejil* y *cilantro* picados, mezcle, cocine durante 4 minutos mas y retire.

Presentación

- Sirva la moqueca en platos hondos con *langostinos* y *abadejo*.
- Espolvoree con *cilantro* picado.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/moqueca-de-pescado>