

# Palometa con compota de tomates, papines y salsa de espárragos verdes



Tiempo de preparación: 30 Min

## Ingredientes

**Sal:** A gusto

**Palometa:** 2 Filete

### Compota de cebollas y tomates

**Sal:** A gusto

**Ajo picado:** 1/2 cdita.

**Tomates:** 2 Unidades

**Aceto balsámico:** 1 cda.

**Cebolla:** 1 Unidad

**Perejil picado:** 1 cdita.

**Aceite De Oliva:** 1/4 Taza

### Papines

**Sal:** A gusto

**Romero fresco:** 1 Rama

**Laurel:** 1 Hoja

**Papines:** 6 Unidades

**Tomillo fresco:** 1 Rama

### Salsa de espárragos verdes

**Esparragos:** 12 Unidades

**Aceite De Oliva:** 1/4 Taza

**Sal:** A gusto

## Preparación de la Receta

- Retire la piel de los filetes y corte por la mitad.
- Condimente con sal.

## Compota de cebollas y tomates

- Corte la *cebolla* en juliana.
- Retire las semillas y el pedúnculo del *tomate* y corte en tiras
- En una sartén con parte del aceite de oliva caliente, transparente la *cebolla* y los tomates.
- Condimente con sal y agregue el *ajo*
- Cocine durante 15 minutos aproximadamente.
- Incorpore el resto del aceite, el aceto y el *perejil* picado.

## Papines

- En una olla con abundante agua hirviendo con sal, cocine los papines con piel, previamente lavados.
- Cuele y corte en rodajas.
- Pique el *romero* y el *tomillo*
- En una sartén con aceite de oliva caliente, saltee los papines y agregue el *tomillo*, el *romero* y el *laurel*.

## Salsa de espárragos verdes

- En una olla con abundante agua hirviendo con sal, cocine los espárragos hasta que estén tiernos, retire y coloque a baño maría inverso
- Cuele, vierta en un mixer y procese.
- Incorpore agua de la cocción hasta obtener una consistencia de salsa.
- Coloque en un bowl y agregue aceite de oliva por sobre una cuchara y reserve.

## Armado

- En una sartén con aceite de oliva caliente, cocine los filetes hasta que doren de ambos lados.

## Presentación

- Sirva en un plato un colchón con los papines, por encima los filetes de palometa, acompañe con la compota de tomates y cebollas y salsee con la salsa de espárragos verdes
- Decore con *perejil* picado

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/palometa-con-compota-de-tomates-papines-y-salsa-de-esparragos-verdes>