

# Pargo con conchas de mar

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Sal:** A gusto

**Filetes de pargo:** 4 Unidades

### Caldo de pescado

**Clavos De Olor:** 3 Unidades

**Pimienta en grano:** 1 cdita.

**Laurel:** 3 Hojas

**Agua:** 5 L

**Zanahorias:** 2 Unidades

**Apio:** 1 Rama

### Langostinos grillados

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Aceite De Oliva:** 20 cc

### Puré de tomates secos

**Tomates secos:** 1 Taza

**Albahaca:** 20 g

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Perejil:** 20 g

### Vegetales y mariscos

**Zuchini:** 1 Unidad

**Mejillones:** 12 Unidades

**Caldo de pescado:** 1 L

**Aceite De Oliva:** 4 cdas.

**Pimienta blanca:** A gusto

**Cebollas:** 3 Unidades

**Aceite Neutro:** 1 Taza

**Cabezas de pescado:** 2 k

**Vermouth blanco:** 2 Taza

**Tomillo fresco:** 1 Rama

**Hinojos:** 4 Unidades

**Langostinos:** 16 Unidades

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria

**Ciboulette:** 20 g

**Berberechos:** 100 g

**Sal:** A gusto

**Farfaleg (grano de trigo kosher):** 3 cdas.

**Aceite De Oliva:** 4 cdas.

**Pimiento amarillo:** 1/2 Unidad

**Anís estrellado:** 1 Unidad

**Apio:** 1/3 Taza

**Paprika:** 20 g

**Cebolla:** 1 Unidad

**Pimiento rojo:** 1/2 Unidad

**Zanahoria:** 1/3 Taza

**Almejas:** 12 Unidades

**Vieiras:** 12 Unidades

## Preparación de la Receta

- Corte todos los filetes a la misma medida. Condimente con sal y pimienta de ambos lados.
- En una sartén con aceite de oliva, dore el pescado de ambos lados.

### Caldo de pescado

- Corte los vegetales en cubos.
- En una olla con aceite de oliva saltee los vegetales a fuego fuerte, hasta que estén dorados.
- Desglace con vermouth y deje evaporar el alcohol.
- Agregue las cabezas de pescado, el agua, *laurel*, clavos de olor, pimienta en grano y *tomillo*.
- Cocine a fuego muy lento por 20 minutos sin que hierva.
- Cuele y reserve.

### Vegetales y mariscos

- Corte los vegetales en cubos pequeños.
- En una sartén con aceite de oliva saltee los vegetales y el farfaleg.
- Agregue los mariscos, reserve las vieiras para el final, la *páprika*, el caldo de pescado, el anís estrellado y sal.
- Cocine hasta que hierva, agregue las vieiras, apague el fuego y reserve.

### Puré de tomates secos

- Hidrate los tomates secos en agua.
- En un procesador coloque el *tomate*, aceite de oliva, *albahaca*, *ciboulette*, *perejil*, sal y pimienta.
- Procese hasta lograr un puré. Reserve.

### Langostinos grillados

- Retire la cabeza de los *langostinos* y pele, haga un corte sobre el *lomo* y retire la vena interna.
- Sumerja en agua los palitos de brochette.
- Coloque los *langostinos* en un palito de brochette y dore en un grill bien caliente con aceite de oliva, de ambos lados.
- Retire los *langostinos* de los palitos de brochete y reserve caliente.

## Presentación

- En un plato hondo coloque un filete de pescado, encima el puré de tomates secos y cubra con otro filete de pescado, bañe con los vegetales y mariscos y termine con los *langostinos* grillados.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/pargo-con-conchas-de-mar>