Parihuela de Mariscos



Ingredientes

Lima: 1 Unidad
Cilantro Picado: 1 cda.
Ají rocoto en rodajas: 1
Pimienta: Cantidad necesaria
Tomate: 1 Unidad
Lubina: 1/4 kg
Pasta de miso negra: 2 cdas
Pasta aji amarillo: 2 cda
Pulpo cocido: 1/2 Taza
Langostinos: 6 Unidades
Vieiras: 6 Unidades
Yuca: cantidad necesaria
Mejillones: 6 Unidades
Agua: 1 1/2 L
Comino: Cantidad necesaria
Aceite: 1/2 Taza
Sal: Cantidad necesaria
Cebolla Morada: 1/2 Unidad
Pasta aji panca: 2 cda
Perejil picado: 1 cda
PASTA DE AJO: 2 cdas.
Caldo de pescado: cantidad necesaria
Vino Blanco: 1 Chorrito

Preparación de la Receta

- Cocer los mejillones al vapor y retirar la *concha* superior
- Limpiar los *langostinos*, removiendo la cáscara y la cabeza
- Reservar.
- En una olla, calentar el aceite
- Mientras picar la *cebolla* en pequeños cubos
- *Pelar* el *tomate*, retirar las pepitas y cortar también en daditos
- Reservar.
- Disminuir el fuego e incorporar a la olla el *ají panca*, el *ajo*, la *cebolla* y el *tomate*
- Freír de 3 a 4 minutos, hasta que la *cebolla* se torne transparente y el *tomate* se ablande.
- Luego *condimentar* con el *ají* amarillo, el *comino*, la pimienta y la sal
- Revolver suavemente hasta que todos los ingredientes se doren de manera uniforme.
- Verter el vino blanco, el caldo de pescado y la pasta de *miso*
- Dejar cocer un par de minutos

- Cuando empieza a *hervir*, añadir las vieiras, los *langostinos* y los mejillones
- Tapar bien y dejar cocinar alrededor de 5 minutos
- Mientras cortar el pulpo en rodajas, descartando el extremo del tentáculo
- Cortar la *lubina* a la mitad
- Agregar a la olla y cocer por unos 5 minutos más
- Retirar del fuego.
- Servir la parihuela acompañando con rodajas de *ají* rocoto y *yuca* cocida cortada en cubos
- Por último, decorar con unas hojitas de *perejil*

Para la pasta de ajo

- Hornear 2 dientes de *ajo* por unos minutos hasta que se dore
- Retirar y preparar un puré con un poco de aceite
- Lo puedes conversar durante toda una semana.
- Si lo deseas, puedes reemplazar la pasta de *miso* negra por pasta de *miso* blanca.
- También puedes acompañar la parihuela de mariscos con *arroz* blanco y rodajas de papas.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/parihuela-de-mariscos