Pasta soba, pescado y vegetales en salsa de ostras



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Salmón blanco: 2 Filetes
Jugo De Lima: 1/4 Pocillo
Jengibre fresco: 1 cda.
Salmón rosado: 2 Filetes
Eneldo picado: 1 cdas.
Palometa: 2 Filete
Cilantro Picado: 1 cda.
Aceite Neutro: Cantidad necesaria
Pasta soba: 600 g
Sal y Pimienta: A gusto
Ralladura de limón: 1 cda.
Harina: Cantidad necesaria

Vegetales y tofu

Cebolla: 1 Unidad
Hongos Shitake: 100 grs.
Vino de arroz: 3 cda.
Guindilla roja: 1 Unidad
Salsa de ostras: 3 cdas.
Tofu fresco: 200 g
Ajo: 2 Dientes
Brotes de soja: 1 Taza
Azucar: 1 cda.

Preparación de la Receta

- En una olla con abundante agua hirviendo y sal blanquee las pastas unos minutos, retire y pase por abundante agua fría, luego escurra bien.
- Corte los filetes de los tres pescados en bastones
- Sazone con sal y pimienta de ambos lados.
- Coloque en un bowl el *jugo* de lima junto con la ralladura de *limón*, el *jengibre* rallado, el *cilantro* y el *eneldo*, mezcle bien, agregue los pescados y deje *marinar* durante 1 hora.
- Retire y pase luego por *harina*.
- En un wok con abundante aceite caliente fría los pescados durante 3 minutos aproximadamente.
- Retire y escurra en papel absorbente.

Vegetales y tofu

- Corte el *tofu* en dados.
- Pele la *cebolla* y los ajos
- Corte la *cebolla* en pluma y los ajos en juliana.
- Retire las semillas de la *guindilla* y corte en juliana.
- Corte los *hongos* en juliana.

Armado

- En un wok con aceite caliente saltee los vegetales durante unos minutos, luego añada las pastas, los brotes y el *tofu*
- Cocine unos minutos mas mientras mezcle
- Condimente con azúcar, sal y pimienta, mezcle y cocine un minuto, desglace luego con el vino de *arroz* y agregue la salsa de ostras, mezcle bien y retire.

Presentación

- Sirva la pasta con los vegetales en un plato, luego los pescados y decore con brotes de alfalfa.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pasta-soba-pescado-y-vegetales-en-salsa-de-ostras