

# Paupiet de lenguado, coulis de tomate y mousseline de palta

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Lenguado:** 4 Filetes

### Coulis de tomate

**Vinagre de vino:** cda.

**Extracto De Tomate:** 1 cda.

**Tomates:** 3 Unidades

**Ketchup:** 1 cdita.

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Aceite De Oliva:** 50 cc

### Guarnición II

**Tomates cherry:** 250 grs.

### Mousselin de paltas

**Paltas:** 2 Unidades

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Limon:** 1 Unidad

**Tabasco:** Unas gotas

**Crema de leche:** 200 cc

### Relleno

**Morrón colorado:** Unidad

**Morrón colorado:** 1 Unidad

**Claras:** 4 Unidades

**Lenguado:** 200 g

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Crema de leche:** 200 cc

**Atún:** 250 g

### Salsa

Pimienta molida: 250 A gusto

## Preparación de la Receta

### Relleno

- Corte el *atún* en trozos y procese con la mitad de las claras y la sal.
- Agregue la mitad de *crema* y continúe procesando.
- Pase por un *tamiz* de malla fina.
- Repita el mismo procedimiento con el lenguado.
- Corte los morrones en bastones finos.

### Armado

- Elimine los excesos de los bordes y la piel de los filetes.
- Empareje los bordes de los filetes cubra dos con la mousseline de *salmón* y otras dos con la mousselin de lenguado y enrolle con la ayuda de un papel film.
- Envuelva con el papel film y con papel aluminio.
- Encima de la mousseline de lenguado intercale los bastones de *morrón*, enrolle, envuelva con papel film y luego con papel aluminio.
- Cocine en agua hirviendo durante 8 minutos.
- Deje entibiar antes de abrir. Corte en láminas.

### Mousselin de paltas

- Exprima el *limón*.
- Pele las paltas y elimine el *carozo*. Reserve con *jugo de limón*.
- Procese la **palta**, condimente con tabasco, sal y pimienta.
- Fuera de la procesadora mezcle con la *crema* de leche. Reserve en la heladera

### Coulis de tomate

- Pele los tomates, elimine las semillas y corte en *concassé*.
- Procese con el extracto de tomates y el *Ketchup*. Condimente con sal, pimeinta y *vinagre*.
- Pase por un *tamiz* de malla fina.
- Emulsione con el aceite de oliva.

### Presentación

- Sirva el coulis en la base de un plato, en un costado una quenelle de *palta* intercalando con las rebanadas de *paupiette*.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/paupiet-de-lenguado-coulis-de-tomate-y-mousseline-de-palta>