

Pescado al escabeche

Tiempo de preparación: 120 Min



Ingredientes

Filetes de pescadilla: 6 Filetes

Aceite Neutro: 500 Centímetros cúbicos

Vinagre de Vino Blanco: 1 Taza

Aceite De Oliva: 1/2 taza

Semillas De Coriandro: 1 Cucharadita

Dientes de ajo: 2 Unidades

Limon: 1 Unidad **Orégano**: 1 Unidad

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Harina: 200 Gramos Vino Blanco: 1 Taza

Agua: ½ taza

Granos de pimienta: 1 Cucharada

Laurel: 3 Hojas

Cebolla Morada: 1 Unidad Pasas de Uva: 50 Gramos

Romero: 1 Rama

Sal: Cantidad necesaria

Ensalada

Porotos blancos cocidos: 400 Gramos

Diente de ajo: 1/2 Diente Agua: 50 Centímetros cúbicos

Limon: 1 Rodaja

Hojas de berro: Cantidad necesaria

Aceto balsámico: Cantidad necesaria

Comino: 1 Cucharada

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Tomates pelados: 2 Unidades

Menta: 1 Cucharada

Orégano seco: 1 Cucharada Sal y Pimienta: A Gusto

Preparación de la Receta

- Condimentar los filetes con sal y pimienta, pasarlos por harina y freír en sartén con abundante aceite caliente hasta cocinar por ambos lados.
- Calentar en una olla vino blanco, vinagre de vino blanco, agua y aceite de oliva.
- Machacar granos de pimienta, semillas de coriandro y agregar a la preparación.
- Añadir *ajo* aplastado, hojas de *laurel* y dejar cocinar por 10 minutos a fuego suave.
- Apagar el fuego y añadir pasas de uva rubias.

- Cortar finos aros de cebolla morada y rodajas de limón
- Acomodar en una fuente los filetes de pescado, cebollas, rodajas de limón y cubrir con el líquido
- Terminar con aceite de oliva.
- Dejar enfriar y mantener en heladera.
- Procesar con mixer porotos, *comino*, *ajo*, un poco de aceite de oliva y agua hasta generar una *crema* lisa.
- Colocar la crema de porotos en la base de un plato y acomodar por encima gajos de los tomates pelados y sin semillas, condimentar con sal, pimienta, menta picada orégano seco y por encima el aderezo.
- Terminar con berro y aceto balsámico por encima

Para el aderezo

• Machacar en mortero ¼ diente de *ajo*, sal, ¼ de diente de *ajo*, 1 *rodaja* de *limón* picada, aceite de oliva y *jugo* de *limón*.

Consulta la receta original en https://elgourmet.com/recetas/pescado-al-escabeche