

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: ½ 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 $\frac{1}{4}$ diente de *ajo*, sal, $\frac{1}{4}$ 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>