

# Pescado blanco en salsa agridulce

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Salmón blanco:** 2 Filetes

**Sal y pimienta verde:** A gusto

**Aceite Neutro:** Cantidad necesaria

**Almidón de Maíz:** Cantidad necesaria

## Guarnición

**Pak choy:** 1 Planta

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Azucar:** 1/2 cda.

**Aceite Neutro:** 4 cdas.

**Repollo blanco:** 1/2 Unidad

**Aceite de Sésamo:** Gotas

## Salsa

**Tomate concasse:** 2 Unidad

**Pimiento rojo:** 1 Unidad

**Aceite Neutro:** 4 cdas.

**Vinagre de Arroz:** 2 cdas.

**Anana:** 100 g

**Almidón de Maíz:** 1/2 cda.

**Cebolla:** 1 Unidad

**Pure de tomate:** 1/2 Taza

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Ajo:** 1 Diente

**Azucar:** 1 cda.

**Aceite de Sésamo:** Gotas

## Preparación de la Receta

- Corte los filetes en bastoncitos. Condimente con sal y pimienta.
- En una sartén con abundante aceite caliente fría el pescado durante 5 minutos. Retire y escurra en papel absorbente. -

## Salsa

- Pele el *ananá*, corte en tiritas y luego en pequeños cuadraditos.

- Pele la *cebolla* y los tomates, retire las semillas de los tomates y corte en pequeños cubitos junto con el *pimiento*.
- Pele y pique el *ajo*.
- En un wok con aceite neutro saltee a fuego moderado la *cebolla* junto con el *ajo*, el *pimiento*, los tomates y el *ananá*. Condimente con sal y pimienta.
- Cocine durante 5 minutos y desglace con *vinagre* de *arroz*. Deje reducir y agregue el puré de *tomate* y el azúcar, cocine unos minutos más y añada el almidón de maíz y el aceite de *sésamo*. Mezcle.

## Guarnición

- Corte el *repollo* en finas julianas.
- Separe las hojas de pak choy de las pancas.
- En un wok con aceite neutro cocine las pancas a fuego moderado.
- Luego de unos minutos de cocción agregue las hojas de pac choy junto con el *repollo*. Saltee unos minutos más y condimente con sal, pimienta, azúcar y aceite de *sésamo*.

## Armado

- Sirva en un plato la *guarnición* y sobre esta los bastones de pescado.

## Presentación

- Acompañe con la salsa.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/pescado-blanco-en-salsa-agridulce>