Pescado con brunoisse de vegetales y salsa de manzanas a la sidra



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Manteca clarificada: 3 cdas.
Sal y Pimienta: A gusto
Manzanas verdes: 4 Unidades
Pescado Blanco: 6 Filetes
Romero: 1 Rama
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Semillas de hinojo: 1 cdita.
Aceite de perejil:
Sidra: 1/2 L

Brunoise de vegetales

Limon: 1 Unidad
Anchoas: 3 Filetes
Apio: 3 Tallos
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Sal y Pimienta: A gusto
Calabaza: 1/2 Unidad
Morrón Rojo: 1/2 Unidad
Azafrán en hebras: 1 cdita.
Alcaparras: 30 g
Zapallitos verdes: 2 Unidades
Morrón Verde: 1/2 Unidad
Cebolla Colorada: 1 Unidad
Aceitunas verdes: 50 g

Preparación de la Receta

- Pele las manzanas, córtelas en cuartos y luego en rodajas.
- Lleve una *cacerola* al fuego con *manteca* clarificada y una vez caliente incorpore las manzanas, sazone con sal, pimienta y *romero* fresco, cocine unos minutos y luego cubra con la sidra, cocine a fuego lento hasta que estén tiernas, agregue sidra a medida que necesite.
- Realice unas incisiones superficiales en la piel de los filetes, sazone con sal y pimienta y en una placa con aceite de oliva disponga los filetes con la piel hacia abajo, cocine en horno precalentado durante 10 minutos aproximadamente.

Brunoise de vegetales

- Pele la *calabaza* y corte en *brunoise*.
- Quite los extremos de los zapallitos, luego retire la cascara con un poco de carne, sin llegar a las semillas, corte la cascara en *brunoise* y deseche el corazón.
- Pele la *cebolla* y corte en *brunoise*.
- Corte los morrones en *brunoise*.
- Corte el *apio* en *brunoise*.
- Pique la aceitunas y las *alcaparras*.
- Pique los filetes de *anchoa*.
- Pele el *limón* a vivo, separe los gajos y luego píquelos.
- Coloque en un colador la *calabaza* y en una *cacerola* con abundante agua hirviendo con sal sumerja el colador, blanquee solo unos segundos, retire y pase unos segundos por agua helada, proceda del mismo modo con la *cebolla*, los morrones, el *apio* y el zapallito.
- Una vez blanqueadas todas las verduras colóquelas en un bowl junto con las aceitunas, el *limón*, las *alcaparras*, las anchoas y el *azafrán* en hebras, mezcle bien y sazone con sal, pimienta y aceite de oliva.

Armado

- Una vez tiernas las manzanas procéselas sin el líquido de la cocción, incorpore luego y de a poco la *manteca* clarificada mientras sigue procesando unos segundos más.
- Mezcle el aceite de *perejil* con las semillas de *hinojo* tostadas.

Presentación

- Sirva en un plato un filete y cúbralo con la *brunoise* de vegetales.
- Salsee con las manzanas procesadas y decore con aceite de *perejil*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pescado-con-brunoisse-de-vegetales-y-salsa-de-manzanas-a-la-sidra