# Pescado con estofado de hongos

Tiempo de preparación: 50 Min

## Ingredientes

**Cebolla**: 1 Unidad
**Hongos congelados**: 200 g
**Pescado entero**: 2 kg
**Sal**:
**Aceite De Oliva**:
**Cebolla de verdeo**:
**Vino Blanco**:
**Pimienta**:
**Salsa de tomate**:

### Para el fumet de pescado:

**Puerro**: 1 Unidad
**Cebolla**: 1 Unidad
**Tomate**: 1 Unidad
**Ajo**: 1 Unidad
**Espina del pescado**:
**Zanahorias**: 2 Unidades

## Preparación de la Receta

### Para comenzar

### limpiamos el pescado quit&aacute

- Ndole las *vísceras* y reservando los lomos.

### Para el fumet

- Pelamos y cortamos las zanahorias en cubitos
- Cortamos del mismo modo el *tomate* y el *puerro*.
- Luego, marcamos la espina del pescado en una sartén con un chorro de aceite

- Cuando la espina esté tostada, añadimos todas las verduras, rehogamos y vertemos un chorro de vino
- Salamos.
- Cuando haya hervido, incorporamos tres dedos de agua y dejamos reducir durante 20 minutos con la sartén tapada.

## Para el estofado

- Lavamos los **hongos**, pelamos y cortamos en juliana la *cebolla* y el *ajo*
- En otra sartén caliente con un poco de aceite cocinamos la *cebolla* y el *ajo* y cuando estén dorados añadimos los *hongos*.
- Salpimentamos e incorporamos la salsa de *tomate* y el agua que ha quedado del descongelado.
- Cuando esté listo el fumet, lo vertemos en la sartén del estofado con la ayuda de un colador
- Llevamos el fuego al mínimo hasta que reduzca del todo.
- Por último, colocamos otra sartén al fuego con un chorrito de aceite.
- Salpimentamos el pescado y cuando la sartén esté bien caliente lo marcamos, primero por la parte de la piel durante un minuto y después lo volteamos y cocinamos por el otro lado.
- Servimos colocando el estofado y por encima el filete de pescado
- Terminamos con un chorrito de aceite y *cebolla* de verdeo.

Consulta la receta original en
**https://elgourmet.com/recetas/pescado-con-estofado-de-hongos**