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