Pescado con Relleno de Milpa

Tiempo de preparación: 40 Min

Ingredientes

Hoja de plátano: 2 Unidades
Pargo: 1 unidad

Arroz blanco con almendras

Aceite De Oliva: 1 cda
Sal de grano: c/n
Arroz: 1 Taza
Almendras fileteadas: 30 Gramos
Fondo de Pollo: 2 Tazas
Mantequilla: 80 Gramos

Caldillo de jitomate

Jitomate: 4 Unidades
Chile verde de árbol: 1 unidad
Sal y Pimienta: c/n
Orégano: 1 Rama
Fondo de Pollo: 1 Litro

Relleno de milpa

Chilacayotes: 2 Unidades
Aceite De Oliva: 150 miliitros
Cebolla blanca: 1 unidad
Dientes de ajo: 3 Unidades
Grano de Elote: 1 Taza
Sal: c/n
Calabaza italiana: 1 unidad
Chile poblano: 1 unidad
Epazote morado: 1/2 Manojo
Flor de calabaza: 12 Unidades

Preparación de la Receta

Relleno de milpa

- Cortar la *calabaza* y el *chilacayote* en cubos y reservar.
- Retirar las semillas del *chile* poblano, cortar en tiras y reservar.
- Picar finamente el *epazote* morado y reservar.
- Limpiar la flor de *calabaza* y reservar
- Picar *cebolla* y *ajo*.
- En una sartén sofreír con un poco de aceite, *cebolla* finamente picada, los vegetales de la milpa, añadir el *ajo* picado, el grano de *elote* y finalmente la flor de *calabaza sazonar* con sal
- Abrir el pescado y salpimentar, rellenarlo con los productos de la milpa previamente sofritos, envolverlo en hoja de *plátano* previamente pasada por fuego y colocarlo en una charola, cocinar en horno durante 35 minutos a 180ºC.

Arroz blanco con almendras

- Fundir la *mantequilla* en una sartén caliente, añadir un poco de aceite de oliva, *saltear* las almendras fileteadas e incorporar el *arroz*, *dorar* durante 3 minutos sin dejar de mover, agregar el fondo de *pollo*, *sazonar*, tapar y cocinar a fuego lento durante 10 minutos aproximadamente

Caldillo de jitomate

- Licuar jitomates con un fondo de *pollo*, sofreír en un poco de aceite, incorporar el *orégano*, *chile* picado, sal y pimienta dejar cocinar 15 minutos y reservar.
- Servir el pescado al centro y acompañarlo con *arroz* blanco y el caldillo de *jitomate*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pescado-con-relleno-de-milpa