

# Pescado con tres salsas

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Salmón blanco:** 4 Filetes  
**Sal y Pimienta:** A gusto

**Caldo de pescado:** Cantidad necesaria  
**Aceite de oliva en aerosol:** Cantidad necesaria

### Guarnición

**Salsa de soja:** 30 cc  
**Ají picante:** 1/2 Unidad

**Aceite de oliva en aerosol:** Cantidad necesaria  
**Chauchas:** 200 grs.

### Pesto Rojo

**Pimienta:** A gusto  
**Perejil picado:** 1 cda.  
**Piñones tostados:** 10 g

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria  
**Pimientos del piquillo asados:** 2 Unidades

### Pesto Verde

**Pimienta:** A gusto  
**Albahaca:** 80 g  
**Piñones tostados:** 10 g

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria  
**Queso Parmesano Rallado:** 20 g

### Salsa tapenade

**Alcaparras:** 10 g  
**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria  
**Anchoas:** 2 Unidades

**Albahaca:** 50 g  
**Aceitunas negras descarozadas:** 200 g

### Varios

**Hojas de lechuga:**

# Preparación de la Receta

- Corte el pescado en porciones y condimente con aceite de oliva y pimienta.
- En una sartén rociado con aceite de oliva, selle el pescado, luego colóquelo en una fuente para horno con el caldo de pescado y lleve al horno a 180°.

## Guarnición

- Retire los extremos de las chauchas.
- Pique el *ají* picante.
- En una olla con agua hirviendo salada, cocine las chauchas, retire y pase por agua helada
- En una sartén rociada con aceite de oliva saltee las chauchas con el *ají* picante y la salsa de soja.

## Salsa tapenade

- Pique las aceitunas negras, las *alcaparras* y las achoas.
- Coloque en un bowl y mezcle con el aceite de oliva
- Mezcle y reserve

## Pesto Verde

- Lave y seque la *albahaca* con un lienzo.
- En un procesador coloque la *albahaca*, el queso rallado, los piñones, pimienta y aceite de oliva
- Procese y reserve.

## Pesto rojo

- Pique los pimientos del piquillo.
- Coloque en un bowl los pimientos del piquillo, los piñones enteros, el *perejil* picado, pimienta y aceite de oliva
- Mezcle y reserve.

## Presentación

- En Un plato sirva el pescado sobre una cama de hojas de lechugas, acompañe con las chauchas servidas en un plato hondo y las salsas en platitos pequeños.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/pescado-con-tres-salsas>