Pescado en salsa de mandarina y arroz salvaje

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Lomo de sea bass: 400 g
Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria
Sal de jengibre y pimienta: A gusto

Arroz salvaje

Bouquet garnie: 1 Unidad
Arroz mixto: 100 g
Caldo De Pollo: 1 L
Hojas de cilantro: 20 g
Echalottes: 2 Unidades

Guarnición

Espárragos Verdes: 10 Unidades

Salsa de mandarina

Jugo de mandarina: 150 cc
Azucar: 10 grs.

Varios

Lemon Grass seco: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

- Corte el pescado en trozos y condimente con sal de *jengibre* y pimienta de ambos lados.
- En una sartén rociada con aceite de oliva selle el pescado de ambos lados

Salsa de mandarina

- En una olla coloque el *jugo* de **mandarina** y el azúcar.
- Deje reducir a fuego bajo, hasta lograr la textura deseada.

Armado

- Coloque la salsa de *mandarina* por encima del pescado y lleve al horno precalentado a 180° hasta caramelizar.
- Pinte el pescado con la salsa durante la cocción.

Arroz salvaje

- Pele y pique los echalotes.
- Pique el *cilantro*.
- En una olla rociada con aceite de oliva, coloque la mezcla de arroces, a *dorar* por unos segundos.
- Agregue el echalote picado y el bouquet garnie.
- Agregue el caldo de *pollo* caliente.
- Tape la olla y deje *hervir*.
- Lleve al horno precalentado a 180° por 20 minutos.
- Retire del horno y quite el bouquet garnie.

Guarnición

- Limpie los espárragos.
- En una olla con abundante agua salada cocine los espárragos.
- Retire y pase por agua helada.

Presentación

- En la base del plato sirva los espárragos, encima el **arroz** salvaje, espolvoreado con *cilantro* picado y el pescado.
- Rocíe con la salsa de *mandarina* y decore con lemon grass seco.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pescado-en-salsa-de-mandarina-y-arroz-salvaje