

Pescado Nizúc

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Hojas de plátano: Cantidad necesaria

Cebolla: 1/4 Unidad

Jugo de Limón: 1/4 Taza

Orégano: 1 cda.
Tomate: 1 Unidad

Pimienta Negra en grano: 2 Unidades

Jugo de Naranja: 1 Taza

Vinagre Blanco: 1/2 Taza

Pámpano: 1 Unidad

Ajo: 2 Dientes

Clavo De Olor: 1 Unidad

Pasta de achiote: 1 Barritas

Ahumado

Caja de cartón de huevo: 1 Unidad

Aserrín: Cantidad necesaria

Alcohol: Cantidad necesaria

Salsa

Chile habanero: Cantidad necesaria

Laurel: 4 Hojas

Vinagre de manzana: 1 Taza

Pimienta Negra: A gusto

Salsa de soja: 3 cdas.

Miel: 1 cda.

Cebolla Morada: 1 Unidades

Varios

Naranja: 1 Rodaja Perejil fresco: 1 Rama

Verduras grilladas

Peras: 2 Unidades

Zuchini: 2 Unidades

Zanahorias: 2 Unidades

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Apio: 2 Ramas

Sal y pimienta negra: A gusto

Preparación de la Receta

- Pele y corte la cebolla en cuartos.
- Corte el tomate en cuartos y retire las semillas.
- Caliente la hoja de *plátano*, para suavizar.
- En la licuadora coloque la pasta de *achiote*, el clavo de olor, la pimienta negra en grano, orégano, el vinagre blanco, la cebolla, el tomate, el jugo de naranja, el jugo de limón y sal.
- Licué hasta lograr una pasta.
- Sobre la hoja de *plátano* coloque el pescado, condimente con sal, pimienta y aceite de oliva, cubra con la pasta y envuelva bien para cerrar.
- En una placa para horno coloque el pescado envuelto, rocíe con agua la hoja de *plátano* y lleve al horno precalentado a 180° por 20 minutos aproximadamente.

Ahumado

- En una olla coloque el cartón de caja de *huevo* en trozos, rocíe con alcohol y encienda.
- Agregue el aserrín, mezcle y tape la olla.
- Destape la olla y coloque en el piso del horno mientras se cocina el pescado.

Salsa

- Pele y corte la cebolla morada en juliana.
- Corte el chile en juliana.
- En un bowl mezcle la *cebolla* morada, la miel, el *laurel*, el *chile*, el *vinagre* de *manzana* y la salsa de soja.
- Mezcle y reserve.

Verduras grilladas

- Pele la zanahoria y corte en láminas.
- Corte el zuchini en láminas.
- Corte la pera en láminas.
- Corte el apio al sesgo en trozos.
- Condimente con orégano, aceite de oliva y pimienta negra
- Mezcle bien.
- En un grill bien caliente con aceite de oliva cocine las verduras de ambos lados.
- Agregue sal a gusto.

Presentación

 En una fuente sirva el pescado con las verduras grilladas, la salsa y decore con una rodaja de naranja y perejil fresco.