

Pez espada con ensalada de vegetales grillados

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Pimienta roja en grano: A gusto
Pez Espada: 1 k
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Pimienta Blanca en Grano: A gusto

Pimienta Negra en grano: A gusto
Pimienta verde en grano: A gusto
Sal gruesa: Cantidad necesaria

Salsa

Hierbas frescas: 1 cda.
Vino Blanco: 250 cc
Manteca fría: 2 cdas.
Jugo de Limón: 2 Unidades

Alcaparras: 30 g
Sal y Pimienta: A gusto

Ensalada

Repollo blanco: 1/4 Unidad
Vinagreta: Cantidad necesaria

Vegetales grillados

Berenjenas: 2 Unidades
Sal: A gusto
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Mezcla de pimientos (negra, blanca, rosa y verde): A gusto
Ajo: 1 Diente
Tomates cherry rojos y amarillos: 15 Unidades

Cebollas: 2 Unidades
Pimentón dulce: 1 cdita.
Vinagre Blanco: 20 cc
Romero: 1 Rama
Zucchini: 2 Unidades

Preparación de la Receta

- En un mortero coloque las pimientos y las semillas de coriandro y muele hasta lograr un polvo grueso
- (Reserve ½ cucharadita).
- Condimente las rodajas de pescado con sal gruesa y la mezcla de pimientos
- Coloque sobre la parrilla bien caliente a cocinar de ambos lados por 10 minutos.
- Corte el pescado en porciones.

Vegetales grillados

- Pele el *ajo*.
- En una olla coloque el *pimentón*, el *ajo* y el aceite de oliva
- Mezcle y coloque sobre la parrilla a calentar.
- Corte las berenjenas, los zucchinis y la *cebolla* en trozos regulares.
- Coloque los vegetales en forma intercalada en palillos de brochette.
- Condimente con el aceite de *pimentón* con la ayuda de una rama de *romero*.
- Coloque sobre la parrilla a grillar por todos sus lados.
- Pinte durante la cocción con el aceite de *pimentón*.
- Prepare una vinagreta con *vinagre* blanco, sal, un poco de la mezcla de pimientos y aceite de oliva
- Mezcle hasta emulsionar.
- Coloque los vegetales dentro de un bowl y agregue los tomates cherry cortados al medio.
- Condimente con la vinagreta (reserve un poco de vinagreta).

Salsa

- Pique las hierbas.
- En una olla coloque el *jugo* de *limón* y el vino blanco.
- Deje reducir y agregue las *alcaparras*.
- Termine con *manteca* helada y hierbas picadas.
- Mezcle hasta emulsionar.

Ensalada

- Corte el *repollo* en juliana.
- Condimente con la vinagreta que utilizó para los vegetales.

Presentación

- En un plato coloque una cama de *repollo* y sirva el pescado, con los vegetales grillados por encima.
- Rocíe con la salsa

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/pez-espada-con-ensalada-de-vegetales-grillados>