

Plato del pescador “Regreso de las islas”

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Espinaca

Echalote: 1 Unidad

Semillas de sésamo: 20 g

Manteca clarificada: 30 g

Espinaca: 1 Paquete

Sal y Pimienta: A gusto

Pescados

Salmón: 120 grs.

Ostras: 2 Unidades

Mejillones: 300 g

Merluza negra: 120 g

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite De Oliva: 30 cc

Ostiones: 6 Unidades

Salsa

Manteca: 30 g

Vaina de vainilla: 1 Unidad

Papaya: 1 Unidad

Ciboulette: 5 g

Fumet de pescado: 100 cc

Vino Blanco: 50 cc

Mango: 1 Unidad

Anana: 1/4 Unidad

Crema de leche: 150 cc

Echalotes: 4 Unidades

Preparación de la Receta

Salsa

- Abra la vainilla ala medio.

- Pique finamente las *échalotes* y el *ciboulette*.
- Pele el *ananá*, el mango, la *papaya* y corte en cubos pequeños.
- En una *cacerola* coloque la vainilla, *échalote*, vino blanco, el fumet y deje reducir durante unos minutos.
- Incorpore la *crema* de leche y lleve a hervor.
- Pase a través de un *tamiz*, lleve nuevamente al fuego y emulsione con la *manteca*.
- Fuera del fuego incorpore la fruta y el *ciboulette*.

Espinaca

- En un sartén con *manteca* clarificada saltee ligeramente la *espinaca*, *échalote*, semillas de *sésamo*, sal y pimienta.

Pescados

- Salpimiente las piezas de pescados y mariscos.
- En una sartén caliente con aceite de oliva saltee las piezas de pescado
- Incorpore los mejillones, las ostras y cocine unos segundos.
- Agregue los ostiones con el coral y termine la cocción.

Presentación

- En el centro de un plato hondo acomode la *espinaca* y a los lados distribuya los pescados y mariscos.
- Rocíe los bordes con la salsa y decore con hierbas frescas.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/plato-del-pescador-regreso-de-las-islas>