elGourmet

Robalo a la sal de hierbas

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Salvia: 1 cda.
Romero: 1 cda.
Sal gruesa: 300 grs.
Orégano: 1 cda.
Epazote: 1 cda.
Tomillo: 1 cda.
Róbalos: 400 g
Laurel seco: 2 Hojas
Pimienta: A gusto
Claras de huevo: 2 Unidades

Salsa

Manteca: 50 g
Sal y Pimienta: A gusto
Echalotte: 1 Unidad
Aceite De Oliva: 20 cc
Vino Blanco: 50 cc
Tomates confitados: 4 Unidades
Vinagre de Vino Blanco: 50 cc

Verduras glaseadas

Calabaza baby: 4 Unidades
Manteca: 50 g
Tomates cherry: 100 grs.
Azucar: 3 cda.
Sal: Una pizca
Zanahorias baby: 4 Unidades
Zucchini baby: 4 Unidades

Preparación de la Receta

- Pique las hierbas.
- En un bowl coloque la sal gruesa, añada la clara de *huevo* y las hierbas picadas
- Mezcle bien.
- Corte las aletas y la cola del pescado.
- Rellene el centro del pescado con parte de las hierbas.

- Sobre una placa para horno coloque un papel aluminio y un poco de la sal de hierbas y acomode el pescado arriba, condimente con pimienta y cubra el pescado con la sal de hierbas.
- Precaliente el horno a 180°.
- Lleve el pescado al horno durante 20 minutos aproximadamente.

Verduras glaseadas

- Lave bien las verduras.
- En una con agua caliente añada sal, azúcar y *manteca*.
- Agregue las verduras y tape con papel de aluminio con un agujero hecho en el centro.
- Deje cocinar a fuego medio.
- Retire las verduras, cuele y reserve.

Salsa

- Coloque el aceite de oliva junto con los tomates confitados en un procesador y procese.
- Pele y pique el *echalotte*.
- En una *cacerola* coloque el *vinagre* de vino blanco junto con el vino blanco, el *echalotte* picado, sal, pimienta negra y deje reducir.
- Añada la *manteca* cortada en cubos y mezcle bien con batidor.
- Por último añada el puré de tomates y mezcle bien hasta integrar.

Presentación

- Retire el pescado del horno y corte el filetes.
- Coloque los filetes en el centro del plato.
- Corte las verduras glaseadas a gusto coloque a un lado del pescado y decore con hierbas frescas.
- Termine con la salsa

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/robalo-a-la-sal-de-hierbas