Rollitos de Pescado



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Cebolla: 1 Unidad
Alcaparras: 2 cdas
Cebollas de verdeo: 3 Unidades
Filetes de anchoas: 2 Unidades
Ajo: 2 Dientes
Vino Blanco: Cantidad necesaria
Aceite: Cantidad necesaria
Aceitunas negras: 2 tazas
Caldo de pescado: Cantidad necesaria
Pimienta: Cantidad necesaria
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Sal: Cantidad necesaria
Lenguado fileteado: 1 kg
Puerros: 3 Unidades

Preparación de la Receta

- Con un mixer, procesar las aceitunas negras, las anchoas, el *ajo* picado, las *alcaparras*, condimentando con sal y pimienta a gusto.
- Agregar también aceite de oliva poco a poco hasta lograr una pasta.
- Sobre una superficie de trabajo, salpimentar los filetes de lenguado a gusto y untar con la pasta de aceitunas negras.
- Enrollar los filetes untados y cerrarlos con un *palillo*
- Reservar.
- Sobre una tabla, cortar la *cebolla* en pluma y cortar tanto la *cebolla* de verdeo como los puerros en rodajas.
- En una sartén con aceite de oliva, *saltear* la *cebolla*, las cebollas de verdeo y los puerros
- Cocinar hasta transparentar.
- Agregar vino blanco, caldo de pescado e incorporar los rollos de pescado reservados
- Tapar y dejar cocinar a fuego mínimo por 10 minutos.
- Retirar, servir y disfrutar.

- Pide en la pescadería que te preparen el lenguado en filetes para ahorrarte el trabajo en tu casa
- Si lo vas a congelar, que también lo descamen

Para congelarlo

s&oacute

- Lo tienes que escurrirlo bien y envolverlo en película de PVC o papel aluminio apenas llegues a tu casa.

Para evitar que el ajo se repita en el sofrito

qu&iacute

- Tale el germen.

Para m&aacute

- S recetas tan deliciosas como ésta, no te pierdas el nuevo programa "Recetas de Familia", de Marcela Lovegrove.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/rollitos-de-pescado-receta-de-familia