Rondon

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Cayote relleno

Queso rallado: A gusto
Manteca: 30 g
Queso Fresco: 100 g
Crema de leche: 100 cc
Cayote: 2 Unidades
Pan blanco: 100 g
Sal: A gusto
Azucar: 50 grs.
Aceite De Oliva: 30 cc
Cebolla Morada: 1/2 Unidades

Mantequilla de plátano

Pan blanco: 150 g
Aceite para freir: Cantidad necesaria
Jengibre: 10 g
Manteca: 50 g
Plátano: 1 Unidad

Rondon

Jugo de Limón: A gusto
Agua: 4 Tazas
Yuca (Mandioca): 1 k
Sal y Pimienta: A gusto
Salsa picante: A gusto
Filetes de mero: 1 k
Ají Colorado: Unidad
Cebollas moradas: 2 Unidades
Tomillo: 1 Rama
Cilantro: A gusto
Ajo: 2 Dientes
Tomates: 4 Unidades
Ají Amarillo: 1 Unidad
Ñame: 800 g
Cabezas y espinazos de pescado: 2 Unidades
Ají Verde: 1 Unidad
Cocos: 2 Unidades

Preparación de la Receta

Rondon

- Corte el coco en trozos y licue con el agua hirviendo.
- Pase a través de un *tamiz* y deje reposar hasta que la grasa suba a la superficie.
- Pique finamente las cebollas y los ajíes.
- Pele los tomates y pique finamente.
- Machaque los dientes de *ajo* y retire su piel.
- Pele la *yuca*, el *ñame* y corte en trozos.
- Separe la grasa de la leche de coco y lleve a una *cacerola* hasta que se torne de *color* dorado.
- Corte el pescado en trozos y dore en la grasa de coco.
- Reserve el pescado en una fuente.
- Añada las cabezas y espinazos de pescado a la *cacerola* y deje *dorar*.
- Incorpore los ajíes, las cebollas, los tomates, los ajos, sal, pimienta, el resto de la leche de coco, el *ñame*, la *yuca*, *tomillo* y deje cocinar durante 20 minutos.
- Condimente con salsa picante, reintegre el pescado y deje cocinar 10 minutos más.

Cayote relleno

- Cocine los cayotes al vapor hasta que estén tiernos
- Corte el cayote al medio y ahueque retirando la pulpa.
- Retire la corteza del pan y corte la miga en cubos.
- Pique la pulpa del cayote y mezcle con la miga de pan.
- Pique finamente la *cebolla* y el queso fresco.
- En una sartén caliente con aceite de oliva y *manteca* rehogue la *cebolla*.
- Incorpore la pulpa de cayote con la miga de pan, la *crema* de leche, el queso, el azúcar, sal y deje cocinar hasta que el pan absorba parte del líquido.
- Rellene los cayotes, coloque en una placa y espolvoree con queso rallado.
- Gratine en el horno caliente.

Mantequilla de plátano

- Pele el *jengibre* y corte en tiras finas.
- Pele el *plátano* y corte en trozos.
- En una sartén con abundante aceite caliente fría el *jengibre* con el *plátano*.
- Escurra sobre papel absorbente y machaque el *plátano* con *manteca* hasta obtener una pasta cremosa.
- Corte el pan en rodajas unte con la *mantequilla* de *plátano* y corone con el *jengibre*.

Presentación

- En una plato hondo sirva el rondon, rocíe con *jugo* de *limón* y espolvoree con *cilantro* picado.
- Acompañe con el cayote relleno y los panes con *mantequilla* de *plátano*.

Consulta la receta original en