elGourmet

Tamal de pescado

Ingredientes

Pescado róbalo: 500 g
Cebolla: ½ Unidades
Pimiento morrón: 2 Unidades
Manteca De Cerdo: 400 g
Fondo de Pescado: Cantidades Necesaria
Sal: Cantidades Necesaria
Jitomate : 3 Unidades
Cilantro fresco: 3 Ramillete
Pure de tomate: 1 Taza
Masa De Maíz: 1 k
Hojas de plátano: Cantidades Necesaria

Preparación de la Receta

- *Tatemar* en un comal la *cebolla* y los jitomates, licuar con *cilantro* y reservar.
- Picar en cubos pequeños los pimientos.
- Sofreír en una cazuela con poco aceite los pimientos, añadir la salsa licuada y reservar.
- Asar el pescado en una sartén con aceite y sal, una vez *cocido* desmenuzar.
- Agregar el pescado desmenuzado y puré de *tomate* a la salsa y cocinar
- Acremar la *manteca*.
- Añadir la masa y caldo de pescado poco a poco batiendo, agregar suficiente sal.
- Forrar el refractario con las hojas de *plátano*, previamente asadas, colocar una porción de masa, esparcir sobre la base del refractario, encima de la masa poner una capa del guiso de pescado con verduras extender y cubrir con el resto de la masa
- Hornear a 180 grados por 40 minutos.
- Servir caliente.

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