

# Zuppa di Pesce y Fregula

Tiempo de preparación: 60 Min



## Ingredientes

**Aceite De Oliva:** c/n

**Albahaca:** c/n

**Caldo de langostinos:** 2 Litros

**Cebolla picada:** 1 unidad

**Fregula:** 250 Gramos

**Vino Blanco:** 1/4 Taza

**Langostinos:** 200 Gramos

**Mero:** 300 Gramos

**Orégano fresco:** c/n

**Tomates peritas maduros en gajos:** 2 Unidades

**Ajo filetado:** 1 Diente

**Almejas:** 200 Gramos

**Camarones:** 200 Gramos

**Extracto de tomates:** 1 cda

**Jengibre rallado:** 1/2 cda

**Laurel:** 1 Hoja

**Mejillones:** 200 Gramos

**Navajas:** 200 Gramos

**Peperoncino:** 1 unidad

**Zanahoria cortada en cubos:** 1 unidad

## Preparación de la Receta

- En una olla amplia rehogar en aceite de oliva *ajo*, *cebolla*, *peperoncino*, *jengibre* y *zanahoria* hasta tiernizar.
- Agregar el extracto de tomates y revolver.
- Una vez que las verduras tomaron *color* salpimentar, desglasar con el vino blanco, evaporar el alcohol y añadir almejas, mejillones navajas, *langostinos*, *camarones* y el pescado en cubos.
- Cocinar a fuego moderado durante 15 minutos.
- Mientras en otra olla cocinar la fregula 15 minutos en agua hirviendo con sal, colar y agregar a la *sopa* al final.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/zuppa-di-pesce-y-fregula>