

**Libreta:** Pescados  
**Creado:** 26/03/2018 17:28  
**URLOrigen:** <http://www.tranbel.com/besugo-con-tirabeques-y-ajada.html>

---

## **Besugo con tirabeques y ajada**

### **INGREDIENTES**

4 lomos de besugo de 150 gr. cada uno  
200 gr. de guisantes pelados  
16 tirabeques  
4 cebolletas pequeñas  
2 patatas gallegas  
50 gr. de mantequilla  
2 dientes de ajo  
1 cucharada de pimentón agridulce de La Vera  
Aceite de oliva virgen  
Sal común  
Laurel.

### **PREPARACIÓN**

La ajada:

Poner en un cacito un cuarto de litro de aceite, los ajos en láminas y media hojita de laurel. En cuanto los ajos estén dorados, retirarlos, y también el laurel. Dejar que el aceite se enfríe y añadir el pimentón. Dejar reposar.

**El besugo:**

Poner en una cazuela amplia agua con sal. En cuanto rompa el hervor echar las patatas, cortadas a lo largo, y las cebollas. Hacer todo diez minutos. Añadir los lomos de besugo y hacerlos dos minutos. Tapar la cazuela y dejar que termine de hacerse a fuego casi imperceptible.

Reducir las patatas a puré, triturarlas con mantequilla. Cocer aparte los guisantes y los tirabeques, que deben quedar crujientes.

Poner en cada plato un poco de puré de patata. Colocar encima el besugo, espolvorear sobre el un poco de sal, decorar con los guisantes y los tirabeques y dibujar alrededor una circunferencia con aceite salpicado con unas gotas de ajada

**Nota:**

Los tirabeques (*Pisum arvensis*), también conocidos como bisaltos, son unas vainas de la misma familia y género que los guisantes, pero en lugar de ser cultivadas por sus semillas, son las propias vainas las que se consumen y sin desgranar, pero en su interior esconden unas semillas casi imperceptibles.

Son deliciosos tanto en recetas de alta cocina como hervidos o cocidos al vapor y aderezados con un buen aceite de oliva y, acaso, unas gotas de limón. Junto a sus pequeños y dulces granos también se comen las tiernas vainas que aportan fibra. A la hora de elegirlos conviene que sean lo más frescos posible, ya que se secan rápidamente y pierden su tersura y su dulzor.

Su temporada: el final del invierno.