

**Libreta:** Pescados  
**Creado:** 26/03/2018 17:39  
**URLOrigen:** <http://www.tranbel.com/cola-de-merluza-rellena.html>

## Cola de merluza rellena

### INGREDIENTES

- 1 cola de merluza (de 700 gr.)
- 24 gambas
- 2 patatas
- 2 zanahorias
- 1 vaso de vino blanco
- harina de maíz refinada
- agua
- aceite de oliva
- sal
- perejil

### PREPARACIÓN

Saca los 2 lomos de la merluza y reserva la espina central. Corta cada lomo en 4 trozos.

Reserva los 8 trozos.

Para hacer el fumet, pela las gambas y resérvalas. Coloca las cabezas, las pieles de las gambas y la espina de la merluza en un cazo con un poco de agua. Sazona y deja cocinar durante 10-15 minutos. Cuela el caldo y resérvalo.

Coloca 6 gambas sobre 4 de los trozos de merluza y tápalos con los otros 4 trozos. Ata cada porción con una cuerda de cocina para que no se deshaga. Unta el fondo de una bandeja apta para horno con aceite y coloca encima las porciones de merluza. Rocía cada porción con aceite y vierte por encima el vino blanco y unos cacitos de fumet.

Con el horno precalentado, hornea a 220° C durante 5-7 minutos.

Pela y trocea las patatas y las zanahorias en trozos regulares y con una puntilla dales forma ligeramente redondeada. Pon a cocer en un cazo con agua hirviendo y sal.

Escurre y saltea en una sartén con un chorrito de aceite y perejil picado. Reserva caliente.

Retira los trozos de merluza a una fuente y quítales la cuerda. Coloca la salsa que ha soltado la merluza en una sartén y deja que reduzca.

Diluye una cucharada de harina de maíz refinada en agua fría y añádela a la salsa para que ligue. Mezcla bien. Sirve una porción de merluza en un plato, salsea y acompaña con las zanahorias y las patatas.

Decora con una hojita de perejil.

### **Nota:**

Para comprar unas gambas frescas hay que fijarse en que tengan las cabezas firmemente pegadas al cuerpo y que las patas no estén negras.