

LOMOS DE MERLUZA CON AROMA DE MAR

Ingredientes:

- 8 lomos de merluza partidos por la mitad
- 200 gr. de gambas
- 60 gr. de whisky
- 250 gr. de agua
- 1 cucharada de estragón fresco
- 1 cayena
- 2 pastillas y ½ de caldo de pescado
- 2 cucharadas de hojas de perejil
- aceite de oliva

Para el sofrito:

- 50 gr. aceite de oliva
- 1 cebolla pequeña
- 1 pimiento choricero (limpio de simientes)
- 1 bote de ½ kg. de tomate natural triturado o 4 tomates muy maduros
- 2 dientes de ajo

Preparación:

Hacer el fumet con las cabezas y pieles de las gambas (ver receta inferior).

Lave el vaso, vierta 50 gr. de aceite, la cebolla, los ajos, y el pimiento choricero. Trocee 7 segundos a velocidad 3 y ½, baje lo que queda en las paredes y programe 4 minutos, temperatura varoma, velocidad 2.

Agregue el tomate y programe 5 minutos, temperatura 100, velocidad 2. Cuando pare, triture 40 segundos a velocidad 5-7-9.

Ponga la mariposa en las cuchillas. Agregue el fumet, el estragón y la cayena. Pase los lomos por harina. Ponga en la tapa el cestillo metálico invertido para evitar que salpique. Programe 12 minutos, temperatura varoma, velocidad 2.

Incorpore los lomos de merluza por el bocal. Cuando falten 2 minutos incorpore las gambas y el perejil troceado a través del bocal y deje reposar unos segundos.

Preparación del fumet:

Pelar las gambas e introducir las cabezas y las pieles en el vaso (reservar los cuerpos). Añadir 50 gr. de aceite. Programar 5 minutos, temperatura varoma, velocidad 4. Agregar 60 gr. de whisky, dejar reposar unos segundos y añadir los

Pescado

250 gr. de agua y las pastillas de caldo Programar 5 minutos, temperatura 100, velocidad 6. Filtrar por el colador metálico y reservar.

Nota:

Si lo desea puede freír los lomos de merluza, colocarlos en una fuente resistente al calor, añadir la salsa sobre el pescado y cocer 10 minutos. Servir con patatas al vapor espolvoreadas con perejil picado y un hilito de aceite de oliva.