

Libreta: Pescados
Creado: 26/03/2018 17:46
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/lubina-a-la-sal-al-aroma-de-vinagre-bals%C3%A1mico.html>

Lubina a la sal al aroma de vinagre balsámico

INGREDIENTES

1 lubina de 2 Kg. (aprox)
1 Kg. de sal gorda
Un poco de agua
Vinagre balsámico tipo "Módena"

PREPARACIÓN

Limpia bien la lubina por dentro y quítale las escamas.

En una fuente refractaria pon una capa de sal de modo que tape el fondo, humedécela salpicándola con unas gotas de agua. Pon la lubina encima y cúbreala completamente de sal menos la cola. Repite la operación de humidificación.

Hornea entre 30 minutos a 200 grados, dependiendo del peso. El punto nos lo dará la cola del pescado que hemos dejado fuera de la sal, cuando esté tostada estará en su punto.

Cuando esté hecha, saca del horno, rompe el caparazón de sal dándole unos golpes y retírala.

En la misma fuente, retira la piel y con una espátula de pescado separa los lomos superiores. Después separa con cuidado la espina central y a continuación los lomos inferiores.

Emplata repartiendo la carne en una de las mitades los cuatro platos y añade un chorrito de vinagre balsámico en la otra mitad

Acompañar de una ensalada al gusto o de pimientos de piquillo asados.

NOTA:

Esta misma receta vale para otros pescados como la dorada o el besugo