

Libreta: Verduras
Creado: 26/03/2018 22:30
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/pimientos-de-piquillo-con-bonito-marinado-y-caviar-de-erizos.html>

Pimientos de piquillo con bonito marinado y caviar de erizos

INGREDIENTES

Bonito 400 gr.
Pimientos de piquillo 16
Caviar de erizos 1 lata de 200 gr.
Lechuga Unas hojas
Escarola
Limón zumo
Aceite
Sal
Vinagre de sidra

PREPARACIÓN

Preparar una rueda de bonito un poco gruesa de bonito (de unos 5 ò 6 cm.) sin piel ni espinas, ponerlo en el congelador media hora para que se endurezca. Cortarlo en filetes finos a favor de la fibra y dejarlos marinar con sal, pimienta, zumo de limón y un poco de aceite durante dos horas.

Salar los pimientos y pasarlos por una sartén cuatro o cinco minutos por cada lado, sin que se doren.

Vaciar el contenido de la lata de erizos en un recipiente y mezclarlo con un par de cucharadas de mayonesa.

Picar la lechuga en juliana gruesa y aderezarlas con una vinagreta suave hecha con aceite de oliva y vinagre de sidra en una proporción de una cucharada de vinagre por cuatro de aceite más sal y pimienta.

Montar los platos poniendo en el centro una porción de caviar de erizo, a su alrededor los filetes de bonito marinados y, alternando los pimientos de piquillo aliñados con unas gotas de aceite de oliva.

Por la parte exterior, la juliana de lechugas.