

Pastel de merluza y gambas

Descripción

Receta que encontré en internet y que no me acordaba que la tenía.



Ingredientes: (Para cuatro personas).

- * 500 gr de merluza sin piel .O el pescado que mas os guste.
- * 200 gr de gambas, pueden ser frescas o congeladas, yo he puesto congeladas.
- * 1 puerro.
- * 2 zanahorias.
- * 2 ramilletes de brócoli, o coliflor, o romanescu (también llamado romanesco) 
- * 200 ml de leche evaporada. La receta original lleva nata.
- * 2 dientes de ajo.
- * 5 huevos.
- * Aceite de oliva, sal, pimienta.

Preparación:

Limpiamos la merluza y la ponemos a cocer en un cazo con agua y una pizca de sal. Una vez cocida, escurrimos, desmigamos y reservamos. Limpiamos las gambas y reservamos. Lavamos y troceamos el brócoli en ramilletes y lo ponemos a cocer en agua. Una vez cocido reservamos.



Lavamos y picamos finamente el puerro, las zanahorias y los ajos por separado. Ponemos a pochar, a fuego medio, primero las zanahorias, cuando est n doradas, añadimos los ajos y el puerro. Cuando este todo pochado añadimos la merluza cocida desmigada y las gambas. Salteamos ligeramente.



Precalentamos el horno a 170°C calor arriba y abajo.
En un bol batimos con la batidora, los huevos, la nata, pizca de sal y la pimienta, una vez este todo batido, añadimos el sofrito, mezclamos todo con un tenedor hasta que quede una masa homogénea.



En un molde alargado, que forramos con papel de horno con el fin de desmoldar nuestro pastel fácilmente, vertemos la crema e introducimos los ramilletes de brócoli cocido, de forma aleatoria y procurando sumergirlos en la mezcla.



Metemos en el horno a baño María, durante 40 minutos a 170°C calor arriba y abajo. Pondremos el molde sobre una bandeja de horno, en la parte baja del horno para que se haga bien nuestro pastel cuando hierva el agua.



Sacamos, dejamos reposar unos minutos y con la ayuda del papel lo desmoldamos para ponerlo en una bandeja, donde cortaremos y serviremos.

¡¡¡Ya veréis como os sorprende este pastel!!!!



Consejo: Este pastel queda como un pudín, entonces se le puede poner cualquier tipo de verdura. Como guisantes, judías verdes (todo previamente cocido) etc. Lo mismo que el pescado, creo que no quedaría nada mal con salmón. El sofrito con todos sus ingredientes se puede hacer de víspera. La primera vez que lo hice, trituré todo con la batidora excepto los ramilletes de brócoli, pero esta vez lo he dejado todo sin triturar y la verdad, nos ha gustado mucho.

Categoría

1. Pescados y mariscos

Fecha de creación

marzo 31, 2015

Autor

admin