

Sardinas en salsa de setas

Descripción

La receta de la salsa me la ha dado Raquel. Es muy sencilla de hacer y esta muy rica. Combinar el pescado con la salsa, ha sido cosa mía.

He puesto sardinas, pero ya sabéis que podeis poner el pescado que mas os guste, boquerones, lirios, merluza?

La salsa si os sobra la podeis poner en un tupper y se conserva bien unos días en la nevera.



Ingredientes: (Para cuatro personas).

- * 18 o 20 sardinas.
- * 2 huevos.
- * Harina para untar las sardinas, sal, pimienta, aceite de oliva y perejil.

Para la salsa.

- * 1/2 cebolleta mediana.
- * 1/4 de la bolsa de «surtido de setas» de 450 gr, congeladas de Mercadona. O las que os gusten.

* 1/2 vaso de leche evaporada. La receta original lleva nata.

* Pimienta, sal, aceite de oliva.

Preparación:

A las sardinas les puede quitar la espina central el/la pescadero/a. Las limpiamos bien, les quitamos bien las escamas, salpimentamos y reservamos.

No hace falta dejar descongelar las setas.



Limpiamos, troceamos la cebolleta finamente y reservamos.

Ponemos al fuego una olla baja y ancha, vertemos aceite de oliva y pochamos la cebolleta, que no se nos queme y añadimos las setas, salpimentamos y cuando se ablanden añadimos la leche evaporada.



Removemos y pasamos todo por la batidora. Este paso no será necesario si os gusta encontrar las setas en trozo, pero para salsa, creo que esta mejor triturada.

Si vemos que nos ha quedado espesa, añadimos un poco de leche para aclararla.



En un plato batimos los huevos y picamos finamente el perejil. Reservamos.

Ponemos a fuego medio una sartén con aceite de oliva para que se vaya calentando.

En otro plato ponemos harina, donde vamos pasando las sardinas una por una y por los dos lados. seguidamente las metemos en el huevo batido, que se untan bien, escurrimos el exceso de huevo y las echamos en la sartén que tenemos en el fuego.

Freñamos las sardinas, vuelta y vuelta, sin que se hagan mucho, porque después las pasaremos a la salsa.

Seguñ se van friendo las pasamos a la salsa. Cuando las tengamos todas ya en la salsa, ponemos la olla a fuego suave, movemos un poco la olla y dejamos en el fuego un par de minutos.



Retiramos y lista la receta.

¿No me digáis que es difícil y que no tiene buena pinta!



Consejo: La salsa esta mejor si no que demasiado espesa.

Categoría

1. Pescados y mariscos

Fecha de creación

noviembre 24, 2015

Autor

admin