

Trucha al alioli con verduras

Descripción



La receta es de Karlos Arguiñano, lleva salmón, pero por cambiar la he hecho con trucha, una trucha grande o trucha grande. En la pescadería hicieron lomos y le quitaron la piel. Además como la trucha es tan insípida, el alioli le da un toque de sabor.

Napar: Cubrir una preparación culinaria con una salsa o crema.

Ingredientes: (Para cuatro personas).

- 800-900 gr de trucha o trucha grande, en lomos y sin piel.
- 4 dientes de ajo grandes.
- 1 tomate maduro grande. La original lleva 16 tomates cherry.
- 2 pimientos verdes grandes.
- 3 patatas hermosas.

- Sal, aceite de oliva, orégano, pimienta molida, perejil.

Para el alioli.

- 1 diente de ajo pequeño.
- 1 huevo.
- Zumo de 1/2 limón.
- Pizca de sal.
- Una buena cantidad de aceite de oliva.

Preparación:

Lavamos las patatas con piel y las cocemos en una cazuela con agua hasta que estén blandas. Escurrimos. Cuando se enfríen, las troceamos en dados y reservamos.



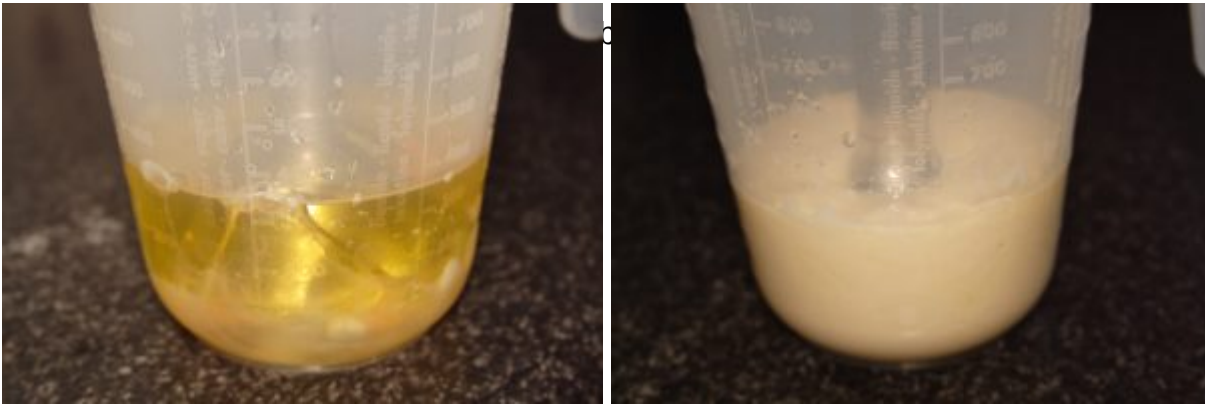
Pelamos, troceamos en dados el tomate y reservamos.

Salpimentamos los lomos de trucha y reservamos.

Limpiamos, troceamos en cuadrados los pimientos, los 4 ajos en láminas y reservamos.

El alioli:

En un vaso batidor o jarra ponemos el ajo pequeño troceado, echamos el zumo del limón, una pizca de sal, el huevo y una buena cantidad de aceite. Metemos la batidora hasta el fondo y **sin moverla**, trituramos a velocidad alta, cuando veamos que en el fondo del vaso comienza a emulsionar la mezcla,



default watermark

Reservamos en el frigorífico.

En una sartén ponemos un chorro de aceite de oliva, calentamos a fuego medio y echamos los ajos y los pimientos. Cuando están casi hechos añadimos el tomate, removemos, dejamos unos minutos (no demasiado) que se haga el tomate y añadimos las patatas. Removemos para que se mezclen los sabores, retiramos del fuego y reservamos.



default watermark



Precalentamos el horno a 200Â°C, calor arriba y abajo.

Colocamos los lomos de trucha en una fuente de horno, napamos con el alioli y horneamos a 200°C, durante 10 minutos.



Después cambiamos la función del horno y los gratinamos durante un par de minutos o hasta que quede dorado por encima.

A la hora de servir, pondremos una ración de trucha con la guarnición de los pimientos, mirad qué aspecto!



Consejo: Las patatas las podemos tener cocidas con antelación, la guarnición de los pimientos y el tomate también. Lo juntaremos con las patatas y lo calentaremos justo

antes de servir. Si nos sobra alioli, lo dejaremos en el frigorífico, **pero no mas de un par de días.**

Síguenos en Facebook: **facebook.com/masqpostres**

En la web: **www.masqpostres.es**

Mándanos tus recetas, opiniones, sugerencias a nuestro correo:

hola@masqpostres.es

Y si quieres recibir instantáneamente nuestras nuevas recetas, suscríbete pinchando en «Suscribir», en la parte superior derecha de nuestro blog o en la inferior si lo haces desde el móvil.

Categoría

1. Pescados y mariscos
2. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creación

noviembre 21, 2016

Autor

admin

default watermark