

Será por recetas



Rodaballo a lo oriental

Pescados

 4 Personas

 60 Minutos

 Media

 Enviada el 18/06/2012

Ingredientes

- 4 rodajas de rodaballo de unos 200 g cada una
- Sal
- Pimienta
- 1 trozo de jengibre fresco de 3 cm más o menos
- 3 cucharadas soperas de aceite de oliva
- 2 cucharadas soperas de mantequilla
- 3 pizcas de azafrán molido
- 150 ml de caldo de pescado
- 4 cucharadas soperas de nata
- 2 cucharadas soperas de perejil liso picado

Elaboración

Primero lavar las rodajas de rodaballo, secar con cuidado y salpimentar. Pelar el jengibre y rallar. En una sartén se calienta el aceite de oliva y la mantequilla y rehogar el jengibre. Agregar las rodajas de rodaballo y darle varias vueltas en la sartén hasta que queden recubiertas con la mezcla de jengibre y aceite.

A continuación freír 2 minutos por cada lado. Mezclar el azafrán molido con el caldo de pescado y con la mezcla desglasar el fondo de la sartén. Llevar a ebullición y bajar el fuego de modo que todo se cueza a fuego lento unos 5 minutos hasta que el rodaballo esté hecho. Mientras se hace el pescado rociar de vez en cuando con la salsa. Seguidamente sacar las rodajas, envolver en papel de aluminio y reservar en caliente. Incorporar la nata y el perejil al fondo de la sartén y reducir la salsa hasta que quede cremosa. Volver a calentar el pescado y servir al momento cubierto de salsa.



Autor receta de Rodaballo a lo oriental

MasterCook

 40 Recetas publicadas

 Valoración 3/5

 Miembro desde 15/06/2012