

Lomos de Merluza sobre Salsa Picante. Reto El Asaltablog.



Lomos de Merluza
SOBRE SALSА PICANTE

Esta semana tocaba de nuevo robar y Oh cielos!!!! donde están mis antifaces??? no puedo hacerlo a cara descubierta!!! Begoña, la dueña del blog [Al calor del Horno](#), es una maestra cocinera de lo más avispada y aunque sé que ha estado ausente unos días degustando aceites, no podía arriesgarme a ser pillada in fraganti.

Así, con una máscara de diseño virtual me he llevado este súper plato de merluza del que hemos dado buena cuenta en casa.

Aquí tenéis la receta. Espero que os guste.

Besos.

«Lomos de Merluza sobre Salsa Picante».

Ingredientes (para 4 raciones):

- 2 Lomos de Merluza Grandes.
- 10 Cucharadas de Aceite de Oliva Virgen Extra.
- 1 Cebolla Morada.

- 1 Guindilla Fresca.
- 300 gr. de Salsa de Tomate Frito (si es casero mejor).
- 1 Cucharada de Salsa de Soja.
- Media Cucharadita de Sal del Himalaya.
- Una Pizca de Pimienta Blanca molida.
- 200 gr. de Gamba Blanca pelada y eviscerada (reserva 4 sin pelar para la presentación del plato).
- Una Pizca de Sal de Flores (o Sal en escamas si no tienes de la de flores).



Comenzamos preparando la salsa y para ello pelamos y cortamos la cebolla en juliana y reservamos. Cortamos la Guindilla picante por la mitad y nos reservamos para usar solo una parte que limpiaremos de semillas.



En una sartén antiadherente ponemos la mitad del aceite y pochamos en él, a fuego medio, la cebolla reservada junto con la media guindilla. Cuando empiece a transparentar la cebolla, salpimentamos ligeramente y añadimos la salsa de tomate y la de soja. Cocinamos removiendo con frecuencia durante 10 minutos a fuego suave y reservamos sin dejar que se enfríe.



Es momento de preparar los lomos de Merluza. Puedes partirlos en tres o cuatro

trozos. Yo los he partido en dos (en casa somos hondos de comer) pero tu eliges el tamaño de las raciones.

Bien, a los lomos partidos les añades un poco de sal del himalaya y reservas mientras en una sartén, antiadherente también, pones el resto del aceite y cuando esté bien caliente, a fuego medio-alto, salteas durante un minuto las gambas peladas y las cuatro sin pelar; retiras de la sartén y reservas. en ese mismo aceite cocinamos la merluza, primero por la parte de la piel durante tres minutos tras los cuales daremos la vuelta con cuidado y cocinaremos un par de minutos más; dependiendo siempre del tamaño del lomo, procurando no hacerlo demasiado para no reseca el pescado.

Servimos directamente, colocando en el plato una base de la salsa de tomate picante sobre la que pondremos el lomo de merluza rematado por unas gambitas peladas y una sin pelar y sazonando con la sal de flores.

El resultado es espectacular.

Gracias Bego, esta es una de esas recetas que se repetirán en mi casa por muuuuuchos años.







Lomos de Merluza
SOBRE SALSA PICANTE



Ya se lo que quiero



Mata Hari-Ná

