

Cogote de corvina con almejas, gambas y cangrejo real

Por Jacinto Montes



Preparación

Puesta a punto

- 1.- Sazonar con sal y pimienta los cogotes de corvina.
- 2.- Pelar las gambas, sazonarlas y reservar las cáscaras.
- 3.- Picar en tiras el pimiento y despepitando los tomates y picarlos finamente.
- 4.- Lavar y picar finamente los ajos, la cebolla y el perejil.

Elaboración

La salsa

Cocer con un poco de agua las almejas hasta que se abran y reservar el caldo. Cocer diez minutos los cangrejos reales. Saltear las cáscaras y las cabezas de las gambas en una sartén con un dl de aceite bien caliente y añadir el ron. Flambear y dejar reducir el líquido hasta que las cáscaras queden caramelizadas. Echar las tiras del pimiento, la cebolla picada y pochar a fuego lento. Posteriormente verter el vino blanco, evaporar el alcohol, sazonar y echar el tomate picado. Sofreír todo hasta que el

tomate quede bien deshecho. Verte en la salsa una cucharita de soja. Pasar la salsa a un chino o colador, triturar con una thur-

Ingredientes

- para cuatro personas.
- 4 cogotes de corvina de 350 gramos
 - 3 dl de aceite de oliva virgen
 - 2 dl de vino blanco de Rueda
 - 2 dl de ron añejo
 - 300 gramos de gambas
 - 400 gramos de almejas grandes
 - 100 gramos de harina
 - 2 ajos
 - 250 gramos de patatas
 - 1 cebolla mediana
 - 1 tomate
 - 1 pimiento rojo
 - 1 cucharita de salsa de soja
 - 1 rama de perejil.

mix o máquina trituradora y echar 2 dl del fumet de almejas.

La corvina

Harinar los cogotes de corvina y dorar en una sartén con un dl de aceite de oliva virgen por ambos lados hasta que quede caramelizado exteriormente y cocinada en su núcleo.

Saltear en una sartén con un dl de aceite las gambas peladas y las almejas sin concha y servir inmediatamente.

Montaje final

Colocar la corvina en el centro del plato, napar con la salsa y salpicar con los mariscos por todo el plato. Colocar una o dos patas de cangrejo real y algunas almejas con concha. Espolvorear perejil picado para decorar.

Si deseas comentar mis recetas: jamonbar@gmail.com
El próximo capítulo:
 Carrilladas de ternera al Ribera de Duero y las especias.

Rincón del sibarita

Olor, brillo y color: tres datos clave para reconocer un buen pescado

A la hora de comprar el pescado hay que comprobar una serie de detalles que dan la pista sobre su frescura. Un pescado en malas condiciones produce intoxicaciones con urticarias, vómitos etc.. Por otro lado su elevado precio hace que la exigencia del comprador aumente, porque si tiene que desechar uno de ellos, ha malgastado una cantidad de euros considerable. Aunque siempre es más barato y mejor tirarlo que intoxicarse.

A la hora de comprar debemos comprobar varias cosas:

- **Olor:** Debe ser agradable, que recuerde al del mar. Si, por el contrario, se parece al del amoníaco, hay que desecharlo. En las agallas y vísceras se comprueba fácilmente.
- **Ojos:** Tienen que estar brillantes y tersos, llenando las órbitas, con la pupila negra y la córnea transparente. El ojo arrugado o "nublado" es signo de mal estado.
- **Agallas:** De color rojo o rosáceo, según la especie, son signos de frescura. Si están decoloradas o grisáceas, se debe desistir de la compra.

- **Cuerpo:** Brillante y sin magulladuras. Los peces recién capturados dan incluso la sensación de estar cubiertos de púrpura. En las ciudades no costeras es difícil que llegue a la pescadería con este aspecto, pero tampoco es imprescindible que así sea. Un pescado poco fresco tiene el cuerpo flexible, sin elasticidad consistente y una tonicidad opaca.

- **Carne:** Ha de ser consistente al tacto. Si al presionarla con el dedo no desaparece, malo.

- **Pared abdominal:** Sin ajar, relativamente firme, son signos de pescado fresco.

- **Escamas:** Bien adheridas a la piel, salvo en los pescados como la sardina, que las pierden fácilmente, sin que esto indique deterioro.

En los mariscos la cosa se complica.

No es fácil saber si los moluscos que tienen concha están vivos o muertos hasta el momento de guisarlos (los que no se abren hay que tirarlos, porque esto indica que ya estaban muertos en la pescadería), pero si se pueden tomar algunas piezas en la mano para comprobar al peso y así saber si las conchas están llenas.

Con los crustáceos vivos no hay problema; tal es el caso de los cangrejos, langosta, centollo, etc. Sin embargo, si están cocidos o son especies que se venden muertas- como cigalas, por ejemplo- hay que comprobar el color y el olor. Cuando los caparazones dan sensación de blando, de que se pueden "arrugar", ¡Cuidadín!. El olor del marisco fresco recuerda aún más al del mar que el pescado. Por eso cuando ha desaparecido por completo y tiende a amoníaco, es que no está en perfectas condiciones.

Si a pesar de todas estas sugerencias no se tiene la seguridad de saber distinguir bien, lo mejor es fiarse del pescadero y si te engaña no comprarle jamás. Cuando se frecuenta un puesto de venta es normal que el pescadero cuide a su cliente.





Muebles

MATISSE

Nº17

el EJÉRCITO ESPAÑOL - MELILLA

Lista de toda

Artículos de regalo

Lámparas

Alfombras

Tapicería

Muebles modernos y clásicos

Complementos del hogar