



Pargo en salsa de langostinos y gambas

Por Jacinto Montes

Preparación.

Se cuecen en agua fría sin sal las gambas y los langostinos. Cuando empiecen a hervir se les mantiene un minuto más cocinando. Se prepara una salmuera compuesta de sal, agua fría y hielo. Se reserva el caldo de cocción de las gambas y los langostinos. Se introducen, aún calientes, en el agua fría durante 9 minutos. Se escurren y se les guarda en el frigorífico cubiertos con una bolsa de plástico.

Se coloca, con fuego fuerte, dos decilitros de aceite de oliva en una sartén. Encima de un papel de cocina se enharina los trozos de pargo. Cuando el acei-

te esté muy caliente se van introduciendo en la sartén todos los trozos hasta que estén dorados por ambos lados. Cuando se les retire del aceite, se los coloca encima de papel de cocina para que escurran el aceite. Posteriormente, aún calientes, se les cuece en el fumet de marisco durante 8 minutos.

Para preparar la salsa, se pela y pica la cebolla y los dientes de ajo. En una sartén con el aceite caliente se fríe la cebolla y los ajos a fuego muy suave. Cuando estén blandas y la cebolla blanquecina, se les añade el vino blanco, la pulpa de los tomates, la salsa de pimienta, el

azafrán, el perejil, las especias para el pescado, el laurel y tres tazas de café del fumet de las gambas y los langostinos. Se cuece durante unos diez minutos. Se retiran las hojas de laurel (se utilizarán para adornar el plato) y se tritura con una batidora eléctrica o con un pasapurés.

Se cuecen durante veinte minutos las patatas con la piel. Las cebollitas se fríen a fuego lento durante doce minutos.

Se decora el pargo con las gambas, los langostinos sin pelar, las patatas peladas, las cebollitas, el laurel y se riega con la salsa del marisco.

Ingredientes

1 1/2 kilo de pargo, a ser posible la parte más cerca de la cabeza.
1/4 kilo de gambas.
1/4 kilo de langostinos.
Una cazuelita de aceite de oliva virgen.
2 cebollas.
1/4 kilo de cebollitas.
1/2 kilo de patatas.
Pulpa de dos tomates.

Una cucharita de salsa de pimienta.
100 gramos de harina para rebozar el pescado.
1 dl de vino blanco verdejo de Rueda.
Una cucharita de especias para el pescado.
Un poco de azafrán.
Dos ajos.
Una rama de perejil.
Tres hojas de laurel.

para 4 personas

Próximo Capítulo

Fabada a la asturiana y refranes gastronómicos (II)

Si deseas comentar mis recetas:

jamonbar@gmail.com



Rincón del sibarita

Refranes gastronómicos (I)

Todo el mundo se da cuenta cuando he bebido. Por el contrario nadie nota cuando tengo sed.

Cierto día un cochino bebió alcohol, y murió.

Moraleja: No se ha hecho el alcohol para los cochinos.

Un sensato me ha dicho; en el trabajo y en la cama se hace lo que se puede, pero en la mesa uno hace un esfuerzo.

El vino de la Ribera del Duero es un licor divino. Solo lo beben los dioses, las damas y nosotros. Los dioses de pie, las damas sentadas y nosotros de rodillas.

Comida sin vino, no vale un comino.

La mancha del vino, más se hace notar en paño fino.

Sin gastar, no podrás el vino gustar.

Al pan pan y al vino vino.

Con pan y vino se anda el camino.

Sopa fría y vino caliente, malos para el vientre.

El tocino, el vino, el queso y el amigo, añejo.

Alaba lo del vecino, pero aliméntate de tu pan y tu vino.

El vino, de la verdad es amigo.

Donde el vino entra, la verdad sale.

Derramar vino, buen destino; derramar sal, mala señal.

Quien mucho vino bebe, a sí se daña y a los otros hiere.

Mucho vino, poco tino.

Quien una vez se quemó con la sopa, a otra vez sopla.

Del plato a la boca se enfría la sopa.

Agua de agosto, azafrán, miel y mosto.

El que se pierde en agua pequeña se ahoga en la grande.

Agua que no has de beber, déjala correr.

El agua, por donde quisiere, y el camino, por donde pudieres.

El agua por debajo de la cintura.

Agua de febrero, llena el granero.

Si no hay agua, no hay peces.

Por turbia que esté, no digas de esta agua no beberé.

El vino demasiado, ni guarda secreto ni cumple palabra.

Agua de por San Juan, quita vino y no da pan.

El vino y la mujer el juicio hacen perder.

No te quemes la boca por comer pronto la sopa.

El queso es gustoso; pero si es mucho, dañoso.

Mucho pan y poco queso, es de hombre de seso.

A quien come bien el pan, pecado es el ajo que le dan.

Más vale un jamón que un tropezón.

Jamón pidió el conde de Cabra, igran palabra!

Todos los malos son bebedores de agua y... como prueba: El Diluvio.

Vale más morir borracho que perecer de sed.

Se ven viejos borrachos más que médicos viejos.

Barrosolidario

AUTOESCUELA

¿ERES solidario?

5 euros

En Autoescuela Barrosolidario destinamos 5 euros de tu matrícula a una de las Fundaciones que colabora con nosotros y que tú elijas.

Con nosotros, además de aprender a conducir, serás *solidario*.

+ información
Tel. 952 67 33 35 - Fax 952 67 60 66
C/. General Alzupara, 14 - 52004 MELILLA
info@autoescuelabarrosolidario.com
www.autoescuelabarrosolidario.com