

Recetario

SOPA DE MARISCO

INGREDIENTES:

2 cebollas
1 tomate
2 puerros
2 dientes de ajo
1 cola de rape pequeña o un pescado blanco
150gr de gambas
150gr de almejas
200gr de mejillones sin cáscara
200gr de sepia
Laurel aceite y sal



PASO A PASO:

Lo más importante es hacer un buen fumet o caldo de pescado.

En una cazuela ponemos a hervir unos 15 minutos agua con sal, la cola de rape y las cabezas de las gambas. Después sacamos el pescado, lo desmenuzamos y reservamos el caldo.

En otra cazuela con agua y sal añadimos el tomate, los puerros en trozos, la cebolla, las zanahorias y las hojas de laurel y lo ponemos a hervir. Una vez que hierva lo dejamos 45 minutos a fuego lento. Cuando esté listo sacamos el laurel y lo pasamos por la batidora para que nos quede un caldo un poco espeso, le añadimos el caldo de cocer al pescado.

A continuación, en otra cazuela con aceite, sofreímos los dientes de ajo y la cebolla bien picada. Cuando esté dorado añadimos el pescado, la sepia troceada, los mejillones, las gambas peladas, las almejas (que habremos lavado de una en una para quitar la arena), lo rehogamos bien, le añadimos el caldo y lo dejamos hervir otros 20 minutos.

Presentamos en un plato hondo dejando arriba el mejillón y el langostino y ponemos medio huevo cocido para adornar.

