

“Níscalos escabechados con rape”



Manel Armengol

Chef y propietario del restaurante Major 36



La receta

Octubre

PARA EL ESCABECHE:

- Ajos
- Pimienta negra
- Laurel
- Vinagre de Módena

ELABORACIÓN:

Limpiar los níscalos, igualar la medida y salarlos ligeramente. En una cazuela se ponen a freír unos ajos, se añaden los níscalos, unos granos de pimienta negra y una hoja de laurel. Se sofríe hasta que los ajos cojan color, y a continuación se echa medio vaso de vinagre de Módena. Se deja a fuego flojo hasta que el líquido se reduzca a 1/3 y se empieza a espesar.

Se pueden guardar en botes de vidrio para conservarlos o usarlos al momento. Cuanto más tiempo estén en conserva más buenos serán.

INGREDIENTES:

- Níscalos
- Filetes de rape
- Alcachofas
- Patatas

ELABORACIÓN:

Se pone un filete de rape a la plancha y se dora por los dos lados, se tapa y se deja reposar tapado dentro del horno a 90° con una cucharada de níscalos escabechados durante unos 10 minutos. Se saca del horno y se pone al fuego vivo destapado para ligar la salsa.

EMPLATADO:

Se emplata sobre una cama de puré de patata cremoso y se acaba el plato con unos chips de alcachofa y una cucharada del zumo del escabeche.



Elaboración: 30 mins / 4 personas

¡Es tiempo de setas!