



Atelier de Cocina

SALMONETES MARINADOS EN BRICK CON SALSA DE MAIZ

Ingredientes:

8 salmonetes medianos
8 hojas de brick
Aceite para freír
Albahaca fresca

Marinada:

200 grs. de aceite de oliva
2 cucharadas de albahaca picada
 $\frac{1}{2}$ cebolla picada
Sal y pimienta molida

Salsa:

200 grs. verduras: (zanahoria, puerro, cebolla)
600 grs. fumet
1 tomate maduro o tomate frito
100 grs. nata ácida o (nata + gotas de limón)
Cognac
1 bote pequeño de maíz
Aceite de oliva

Flanecitos de brócoli:

250 grs. de leche
50 grs. de harina
50 grs. de mantequilla
4 huevos
300 grs. de brócoli
2 quesitos

Elaboración:

Cortar la cabeza de los salmonetes y abrir por la mitad para retirar la espina central. Lavar en agua fría.

Marinada: Mezclar todos los ingredientes. Marinar los salmonetes con esta mezcla, durante 20 minutos.

Salsa: Rehogar en aceite las verduras y añadir el tomate troceado. Desglasar con cognac. Incorporar el fumet y la nata. Cocer 5 minutos junto con el maíz. Triturar la salsa y reservar.



Atelier de Cocina

Envolver los salmonetes en las hojas de brick, pintar con huevo para que se peguen y freír en aceite caliente u hornear a 200° hasta que se doren (si se hornea pintar mejor con mantequilla).

Flanecitos de brócoli: Derretir la mantequilla en una cacerola. Añadir la harina, remover y no dejar que tome color. Añadir la leche moviendo con varillas para que no queden grumos. Incorporar los quesitos. Salpimentar.

Cocer el brócoli en abundante agua salada. Escurrir una vez cocido y triturar.

Reservar.

Separar las claras de las yemas y montar las claras a punto de nieve.

Añadir a la bechamel fría, las yemas, el brócoli triturado, y las claras montadas.

Engrasar flaneritas, cubrir el fondo con papel aluminio y volver a engrasar. Rellenar con la mezcla anterior y cuajar al horno a 180° C durante 15 minutos.

Dejar entibiar para desmoldar.

Presentación:

Servir los bricks de salmonetes junto con un flanecito y napar el plato con la salsa.

Decorar con albahaca.