

# Fumet de pescado: Ensalada de pescado

---

## Preparación

---

Recuperamos la carne de los pescados que hemos utilizado en un fumet (cabracho, rubio), tenemos que tratar de no desmigalar en exceso la carne, que queden trozos enteros. Limpiamos y troceamos con las manos las hojas, metemos en agua y hielo, cocemos los huevos de codorniz y enfriamos, pelamos y reservamos. Preparamos una vinagreta con aceite, vinagre y mostaza de Dijón, una vez emulsionada la reservamos. Freímos las alcaparras en abundante aceite de oliva. Montamos el plato sobreponiendo los ingredientes, ponemos a punto de sal y terminamos rociando por encima la vinagreta de estragón y mostaza.

## Ingredientes

---

350 gr de Restos de pescado blanco de la preparación de un fumet (cabracho, rubio)  
c/s de Loyo rosso  
c/s de Rúcula  
c/s de Lechuga Batavia  
8 unid de Tomates cherry  
4 unid de Huevos de codorniz  
2 unid Alcachofas  
75 gr de alcaparras  
25 gr de Mostaza de Dijón  
50 gr de Vinagre de Jerez  
100 gr de Aceite de oliva virgen extra  
c/s Sal fina

## Utensilios

---

Boles  
Cazos  
Cuchillos  
Espumadera  
Sartenes  
Varilla

## Instructor destacado

---



Virginia Naranjo

ARCOS

 **BOSCH**  
Innovación para tu vida

El Corte Inglés  
**SUPERMERCAD**