

Salmonete a la plancha con ensalada de algas y caldo corto de cítricos

Preparación

Para el salmonete Limpiar el salmonete, reservar los lomos y la espina para el caldo. Marcar el lomo a sartén a fuego vivo, primero por el lado de la piel. Para la ensalada de algas Con las algas previamente hidratadas, las pondremos en un bol donde aliñaremos con nuestra viangreta, antes de emplatar. Para la Vinagreta de sésamo y wasabi Mezclar todos los ingredientes en un bol y emulsionar. Reservar. Para el caldo corto de cítricos Con las espinas, el puerro y citronelle obtenemos un caldo corto que terminamos con una ralladura de lima.

Ingredientes

Para el salmonete

2 unid de Salmonete muy fresco

Para la ensalada de algas

50 gr de Lechuga de mar

50 gr de Kombu

50 gr de Espagueti de mar

Para la Vinagreta de sésamo y wasabi

50 gr de Aceite de Sésamo

50 gr de Vinagre blanco

50 gr de Soja líquida

c/s Cucharadita de Wasabi en polvo

c/s Cucharadita de Sésamo

Para el caldo corto de cítricos

1 Puerro

2 unid de Espina de salmonete

1 Litro de Agua

1 unid Citronelle

1 Lima

Otros

c/s Cilantro fresco

c/s Qumquats

Utensilios

Bandeja
Boles
Cazos
Colador
Cuchillos
Lenguas
Ollas
Sartenes
Varilla

Instructor destacado



Alejandro Alcántara

ARCOS

 **BOSCH**
Innovación para tu vida


SUPERMERCAD