



RODABALLO SOBRE LECHO DE VERDURAS

Para 4 personas. Nivel de dificultad 2

INGREDIENTES:

2 ramilletes pequeños de perejil
200 g de patatas cerosas pequeñas, por ejemplo, Ratte
100 g de raíz de perejil
100 g de puerros
100 g de apio
100 g de champiñones blancos
100 g de hinojo
400 ml de Riesling
1 cucharadita de azúcar
Sal
1,5 kg de rodaballo

COCCIÓN

125
68
Vapor combinado mitad
Nivel del horno 2
500 ml



RODABALLO SOBRE LECHO DE VERDURAS

Para 4 personas. Nivel de dificultad 2

- 1 Lava el perejil, selecciona las hojas y descarta los tallos. Lava las patatas y las verduras, pélalas si es necesario y trocéalas o córtalas en rodajas.
- 2 Hierve las verduras con el Riesling, el azúcar y la sal, y cocina a fuego lento durante 5 minutos. Vierte el líquido en una fuente de horno honda y espolvoréalo con el perejil.
- 3 Ház un corte al rodaballo a lo largo de la espina central y coloca las verduras por encima. Introduce la sonda térmica en ángulo al principio del corte, apuntando hacia la cabeza.
- 4 Coloca el pescado en el horno en el nivel 2, con el programa "Vapor combinado mitad" a 125 °C hasta que la temperatura interna alcance los 68 °C.
- 5 Retira la piel y separa los dos filetes superiores con una espátula o una pala para tartas.
- 6 Con cuidado, levanta la espina central desde el extremo de la cola y separa los filetes inferiores del mismo modo, asegurándose de que las espinas exteriores siguen en el filo de las aletas.

Presentación

Sirve en platos hondos calientes, con los filetes sobre las verduras. Rocía con la reducción de Riesling de la fuente de horno.

Recomendación

Si deseas realzar más el sabor, sustituye una parte de perejil por levístico.