



SAN PEDRO CON CALABACÍN Y PIPIRRANA DE HIERBAS

INGREDIENTES

1 San Pedro en lomos sin espinas

• PARA LA VICHYSSEOISE DE CALABACÍN •

1 calabacín

1 patata

1 vaso de caldo de verduras

1 vaso de leche evaporada

• PARA LA PIPIRRANA DE HIERBAS •

2 tomates pera

1 cebolleta

1 pepino

1 pimiento verde

Cilantro fresco

Albahaca fresca

Cebollino fresco

Perejil fresco

• ADEMÁS •

Sal

Pimienta negra

Aceite de oliva virgen extra

Vinagre de Jerez

Semillas de sésamo

ELABORACIÓN

Pocha el calabacín en una cazuela con un poco de Aceite de oliva virgen extra. Añade la patata pelada y cascada, vierte el caldo de ave y la leche evaporada y cocina 10 minutos en olla exprés. Tritura hasta obtener una crema muy fina y ajusta de sal y pimienta.

Sazona los lomos de pescado y deja reposar unos 20 minutos. Dóralos a fuego medio-alto por el lado de la piel hasta que quede crujiente y el pescado jugoso.

Mientras tanto, pica los ingredientes de la pipirrana, añade las hierbas frescas y aliña con Aceite de oliva virgen extra, vinagre, sal y pimienta.

Sirve una base de crema de calabacín, coloca encima el lomo de San Pedro y termina con la pipirrana de hierbas frescas.



BIZCOCHO FÁCIL DE CHOCOLATE Y AVELLANAS

INGREDIENTES

3 claras
3 yemas
40 g de azúcar
Sal
185 g de chocolate negro 72%
85 g de mantequilla
40 g de avellanas tostadas
Azúcar glass
Hojas de menta

ELABORACIÓN

Funde el chocolate negro en el microondas hasta que quede cremoso. Añade la mantequilla en dados y remueve hasta obtener una mezcla homogénea y brillante.

Monta ligeramente las claras con el azúcar y una pizca de sal. Incorpora las yemas y bate lo justo para integrarlas.

Con ayuda de una lengua pastelera, mezcla ambas preparaciones con movimientos envolventes. Añade las avellanas picadas y reparte la masa en los moldes elegidos.

Hornea a 200° durante unos 15 minutos y sirve todavía tibio.