

PLATO DE FONDO

REINETA CON SALSA DE MOSTAZA Y FRUTOS SECOS



Ingredientes:

- ½ cebolla en pluma
- ¼ pimentón en tiras pequeñas
- Aceite de oliva
- 1 cucharada de ghee o mantequilla
- Pimienta
- ½ taza de vino blanco
- 200 g de crema
- 2 cucharadas de mostaza
- ½ taza caldo de verduras
- 2 o 3 filetes de reineta
- Soya
- 6 o 7 ciruelas secas en tiritas
- 6 damascos turcos picados
- 2 cucharadas de tomates secos
- Tomates hidratados
- 1 puñado de rúcula baby
- Granadas

Preparación:

- En un sartén grande poner media cebolla cortada en pluma ,1/4 de pimentón cortado en tiritas pequeñas ,1 buen chorro de aceite de oliva, 1 cucharada de ghee o mantequilla más sal y pimienta y cocinar hasta que la cebolla esté transparente. Agregar media taza de vino blanco y dejar hervir por tres minutos.



- Agregar 200 g de crema ,2 cucharadas de mostaza, 1/2 taza de caldo de verduras (o agua) . Mezclar todo para hacer una salsa y agregar dos o tres filetes de Reineta. Rociar la Reineta con un chorrito de soya y tapar y cocinar hasta que la Reineta se ponga blanca y este hecho.
- Cuando esté listo el pescado agregar seis o siete ciruelas secas en tiritas más 6 damascos turcos picados, 2 cucharadas de tomates secos, hidratados ,1 puñado de rúcula Baby y granadas tapar por un minuto y disfrutar.'
- Comer con un buen arroz graneado

