



TRUCO

Si no utilizas la tinta de calamar en su totalidad, puedes congelarla sin problemas para usarla en otra ocasión

Merluza rellena DE CHIPIRONES Y SETAS EN SU TINTA

PREPARACIÓN

El emblemático y castizo restaurante Los Galayos, de Madrid, recomienda esta exquisita receta que combina los sabores del mar y la tierra jugando con sus texturas y aromas.

- **Para el relleno:** Rehoga la cebolla y el puerro cortado muy fino en el aceite. Cuando ya esté pochado, añade los chipirones (reserva alguno para la presentación) y las setas, todo cortado también muy fino. Cuando todos estos ingredientes estén ya rehogados, flambea con el brandy y añade la harina, el tomate y el caldo de pescado. Remueve hasta ligar.
- **Para la salsa:** Pocha bien en aceite el ajo y la cebolla. Añade el pan frito. Cuando todo esté bien rehogado, añade la tinta de calamar y el vino blanco hasta que reduzca un poco. Agrega el caldo de pescado y deja cocer hasta que vuelva reducir.
- Corta la merluza en cuatro lomos y ábrela para rellenarla. Dales un pequeño golpe en la sartén, con el aceite de oliva caliente, para que cojan un poco de cuerpo.
- Coloca los lomos en un recipiente adecuado regado con la salsa e introdúcelo al horno, previamente calentado, unos 6 minutos a 180°. Cuando ya esté horneado, emplata cada ración colocando la merluza sobre la salsa y disponiendo alrededor un poco de coulis de pimientos del piquillo y una patatita cocida. Junto a la merluza se coloca un chipirón, que anteriormente hemos hecho a la plancha, como guarnición.

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

♥ 1,2 Kg de merluza de pincho

PARA EL RELLENO:

- ♥ Aceite de oliva virgen
- ♥ 1 cebolla
- ♥ 1 puerro
- ♥ 400 g de setas de cardo
- ♥ 400 g de chipirones
- ♥ 2 cucharadas de tomate frito
- ♥ 1 cucharada de harina
- ♥ 1/2 copa de brandy
- ♥ 4 cucharadas de caldo de pescado

PARA LA SALSA:

- ♥ 2 dientes de ajo
- ♥ 3 cebollas
- ♥ 4 rebanadas de pan frito
- ♥ 3 bolsitas de tinta de calamar
- ♥ 1/2 litro de vino blanco
- ♥ 1 litro de caldo de pescado
- ♥ Pimiento de piquillo
- ♥ Patata cocida

Tiempo: 45 min. / Dificultad: Media / Calorías: 300