

Merluza rellena con ajada de gambas

INGREDIENTES:

- 250 de gambas enteras sin pelar
- 70 gr de aceite de oliva virgen extra (*y un chorrito más para servir*)
- 3 dientes de ajo
- 200 gr de agua
- 2 filetes de merluza sin piel ni espinas salpimentados (*600 gr aprox. de la parte de la cola*).
- 8 patatas pequeñas peladas y torneadas
- 8 espárragos verdes (*sin la parte dura*)
- 30 gr de cebolla
- 150 gr de calabacín pelado y cortado en trozos
- 1 cucharadita de sal
- 1 pellizco de pimienta molida
- 30 gr de leche

PREPARACIÓN:

1. Pele las gambas y reserve también las cáscaras y cabezas.
2. Ponga 30 gr de aceite en el vaso y caliente **5 min/120°C/vel 1**.
3. Añada los ajos, pique **5 seg/vel 5** y sofría **3 min/120°C/vel 1**.
4. Incorpore los cuerpos de las gambas y rehogue **2 min/120°C/giro invertido/vel 1**. Retire del vaso y reserve.
5. Ponga en el vaso las cáscaras y las cabezas de las gambas y el agua. Trocee **2 seg/vel 5** y programe **5 min/100°C/vel 4**. Cuele el fumet a través de un colador de malla fina y reserve. Lave muy bien el vaso y la tapa.
6. Coloque uno de los filetes de merluza sobre film transparente y vierta encima la ajada. Coloque el otro filete encima y envuelva con el film, haciéndolo rodar por la superficie de trabajo para que quede bien cerrado. Ponga el pescado, las patatas y los espárragos en el recipiente Varoma, tape y reserve.
7. Ponga en el vaso limpio la cebolla, el calabacín y los 40 gr de aceite. Trocee **3 seg/vel 4** y sofría **3 min/120°C/vel 1**.
8. Añada el fumet reservado, la sal y la pimienta. Sitúe el Varoma en su posición y programe **20 min/Varoma/vel 2**. Retire el Varoma.
9. Añada la leche al vaso y triture **30 seg/vel 10**.
10. Quítele el film transparente al pescado, colóquelo en una fuente y córtelo en rodajas. Sirva con la salsa y las verduras al vapor espolvoreadas con la sal y regadas con un chorrito de aceite de oliva.

Tiempo Activo: 20 min Tiempo Total:40 min Raciones: 4



thermomix

EVA NAVAS

<http://thermomix-sabadell.es/evanavas/>