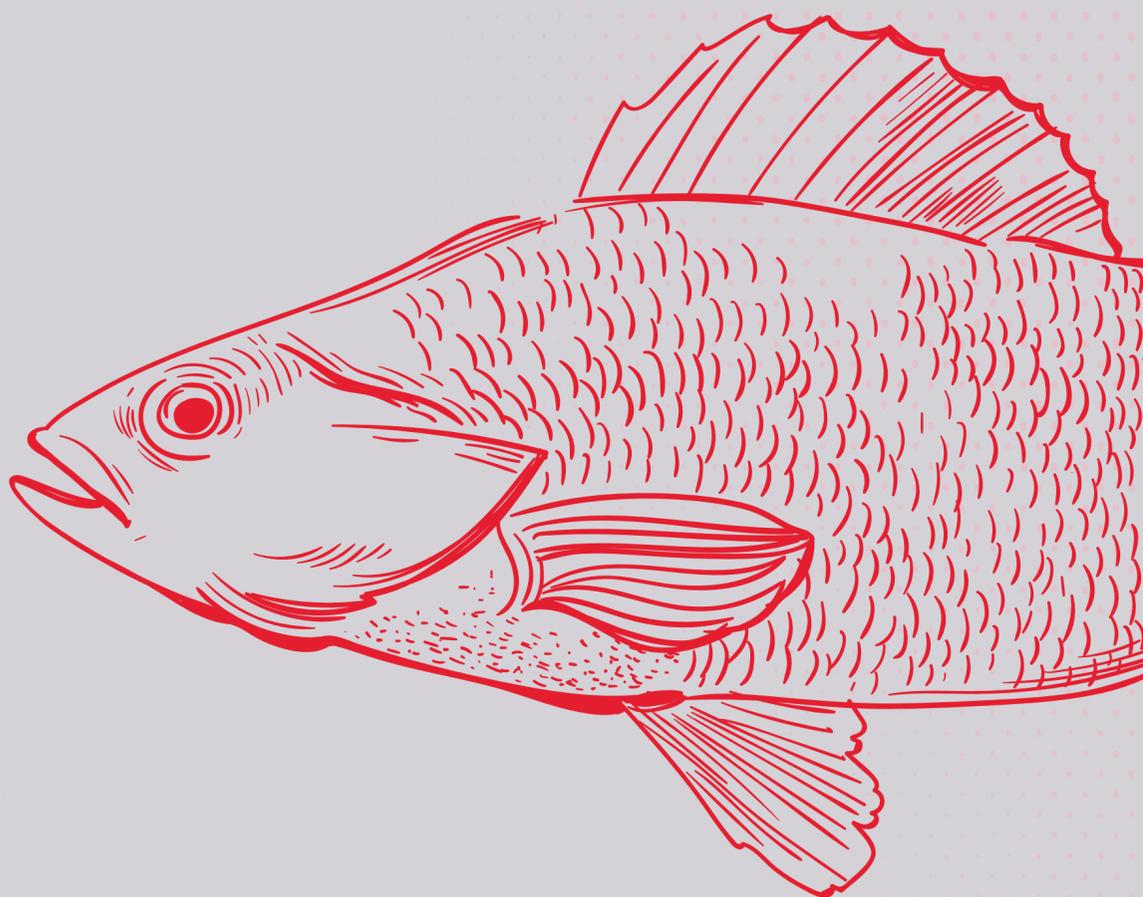


RECETARIO



PESCADERÍA ATLÁNTIDA

LA DE LA SALTA





SALMÓN A LA NARANJA

▲ INGREDIENTES:

- 400 gr de salmón rosado
- 4 naranjas
- ½ cebolla
- 1 diente de ajo
- 1 pizca de eneldo
- Pimienta negra
- 2 cucharadas de miel
- 1 cucharada de harina de trigo
- Aceite de oliva y sal

▲ PREPARACIÓN:

-Cortar el salmón a gusto, sacar la piel sin cortarla. Añadir sal, pimienta negra molida y un poco de eneldo. Dejar reposar.

▲ Preparación de la salsa:

-Exprimir las naranjas y colar el jugo. (Dejar cáscara de la naranja para utilizar en la aromatización del plato terminado)

-Picar ajo y cebolla bien pequeño

Colocar en una olla a fuego medio, con aceite de oliva el ajo y la cebolla. Condimentar con sal. Cuando la cebolla esté lista, añadir un poco de eneldo y mezclar.

-Añadir pimienta negra molida, la cáscara de la naranja picada bien pequeña y mezclar.

-Agregar harina a la salsa y cocinar un rato mas. Cuando esta bien cocinado, añadir el jugo de naranja previamente exprimido y la miel. Remover para que se mezclen los sabores. Cocinar a fuego lento durante cinco minutos.

-Marcar y sellar el salmón en la plancha. Dejar cocinar a fuego fuerte el salmón sumergido en la salsa 20/30 segundos. Dar vuelta el salmón para que se cocine de ambos lados.

-Incorporar el salmón en la olla donde se está cocinando la salsa para que se termine de cocinar.

▲ Servir en un plato y a disfrutar. ❤️🍴



CAZUELA DE LANGOSTINOS

◆ INGREDIENTES:

- 1 taza de champiñón cortado
- 4 cucharadas de manteca
- 1/2 pimiento rojo
- 1.5 kg de langostinos
- 1 cebolla
- 1/2 taza de harina de trigo
- 1 1/2 tazas de leche de coco
- sal y pimienta al gusto

◆ PREPARACIÓN:

▲ Limpiar y desvenar los langostinos. Retirar la piel, cáscaras y patas (no tirarlas), dejar la cola.

▲ Hervir las cáscaras de los langostinos en agua, cuando hierva retirar y llevar a la licuadora, colar todo muy bien. Llevar nuevamente a la olla y hervir con la leche de coco. Espesar con la manteca y la harina.

▲ En una sartén saltear la cebolla, el pimiento y los champiñones, añadir la sal y la pimienta al gusto. Retirar y dejar reposar.

▲ En la misma sartén saltear los langostinos (se puede agregar al salteado brandy o ron)

▲ Agregar al caldo las verduras y los langostinos, mezclar muy bien. Se puede añadir crema de leche, queso y perejil para decorar.

Servir y disfrutar este plato típico de Colombia 😊👀



ALMEJAS FRITAS

◆ INGREDIENTES:

- 600 gr. de almejas grandes
- 3 dientes de ajo
- 2 cucharadas de harina
- 100 ml. de vino blanco
- Leche
- 1 huevo
- Pan rallado
- Leche
- Aceite para freír
- Sal

◆ PREPARACIÓN

1. Lo primero que tenemos que hacer para cocinar las almejas fritas será lavar bien las almejas y abrirlas al vapor (tan solo el tiempo justo para que se abran). A continuación las retiramos y les quitamos las conchas. Picamos los moluscos en trocitos y reservamos.
2. Por otro lado, continuaremos el plato de almejas fritas, poniendo una sartén al fuego con un chorro de aceite. Mientras coge temperatura lo que haremos será picar en trozos muy pequeños los dientes de ajo pelados. A continuación los freímos en la sartén hasta que estén doraditos. Después, incorporamos la harina y removemos hasta que empiece a coger un poco de color. Vertemos el vino, y al momento empezamos a verter leche sin dejar de remover hasta conseguir una pasta. Añadimos finalmente una cantidad generosa de perejil picadito, y probamos de sal y rectificamos si fuera necesario. Finalmente añadimos las almejas y mezclamos bien.
3. Cuando la masa se enfríe, iremos cogiendo porciones, le daremos forma y las pasaremos por huevo primero y después por pan rallado. Freímos en abundante aceite caliente hasta que se doren, y a medida que se vayan haciendo iremos sacando las almejas fritas y las iremos colocando sobre papel absorbente.
4. Cuando terminemos de freír toda la masa, las almejas fritas estará listas para servir y que disfrutes un exquisito plato casero. 🍷🏠🔥



TRUCHA AL HORNO

▼ Conocé esta receta imperdible para disfrutar de un plato liviano y riquísimo 🤩

👤🍴 INGREDIENTES:

- 2 unidades de trucha
- 2 dientes de ajo
- 1 cdita de finas hierbas
- 30 ml de aceite de oliva
- 1 limón
- Sal y pimienta al gusto

◆ PREPARACIÓN

🔥 Precaentamos el horno a 180°C mientras preparamos todos los ingredientes.

🔄 En un recipiente mezclamos bien el ajo triturado, las finas hierbas, el aceite de oliva, el jugo de medio limón, la sal y la pimienta.

🐟 Luego colocamos las truchas sobre una bandeja para horno y pincelamos con toda esta mezcla por todos sus lados.

🍋 Cortá en rebanadas finas la otra mitad del limón y colocalo sobre las truchas; esto le dará jugosidad y se caramelizará aportándole más sabor.

🕒 Llevá al horno precaentado durante 12 o 15 minutos hasta que estés completamente cocida, pero sin llegar a secarse demasiado.

🍽️ Retirá del horno y servila caliente con el acompañante que hayas seleccionado.

DATO: Podés preparar las truchas enteras o retirarles la cabeza e incluso filetearlas.

¡Una receta facilísima y un plato riquísimo!



PAELLA

INGREDIENTES (PARA 4 PORCIONES):

◆ Mariscos frescos:

- 500 g de calamar (en rodajas).
- 200 g de mejillones, 200 g de almejas y 200 g de berberechos (bien lavados).
- 400 g de langostinos (rosados y jugosos).

◆ Base de sabor:

- 1 morrón rojo y 1 verde.
- 2 cebollas y 2 ajos.
- 1 tomate mediano.
- 700 ml de caldo de verduras caliente.

◆ Toque especial:

- 200 g de arroz doble carolina.
- Azafrán o condimento para arroz al gusto.
- 1 cda de pimentón dulce.

◆ PREPARACIÓN

- 1** Prepara los ingredientes: Lava y cepilla bien los frutos de mar; corta los calamares en rodajas y pica las verduras en cubos pequeños.
- 2** Sofríe y sella los mariscos: En una paellera, calienta aceite de oliva y sofríe los langostinos 3-4 minutos. Resérvalos. Haz lo mismo con los calamares.
- 3** Crea la base de sabor: En la misma paellera, sofríe las verduras picadas con ajo y sal durante 8 minutos.
- 4** Añade el arroz y sazona: Incorpora el arroz y mezcla bien. Añade el azafrán, el caldo caliente y distribuye homogéneamente.
- 5** Cocción perfecta: Cocina a fuego medio por 25-30 minutos sin revolver. Agrega caldo caliente si el arroz se seca demasiado antes de estar listo.
- 6** Integra los mariscos: A los 5 minutos de cocción, incorpora el pimentón. Luego añade las almejas (espera a que se abran) y, finalmente, los mejillones, berberechos y langostinos reservados. Cocina 10 minutos más a fuego bajo.
- 7** Reposo final: Retira del fuego, tapa con un paño limpio y deja reposar unos minutos antes de servir.

💡 Consejo Atlántida: Usa mariscos frescos para garantizar un sabor auténtico. ¡Cada detalle importa!



SALMON AL HORNO

INGREDIENTES (2 PORCIONES):

- 2 filetes de salmón (sin piel).
- 2 dientes de ajo (picados).
- 2 cdas. de miel.
- 1 cda. de salsa de soja.
- Jugo de medio limón.
- 2 rodajas de limón.
- Perejil fresco (picado).
- Pimentón dulce, pimienta y sal.
- Aceite de oliva.

◆ PREPARACIÓN EN 3 PASOS:

1 Condimentá el salmón:

Colocá los filetes en un plato, sazoná con sal, pimienta y pimentón dulce por ambos lados. Rocíá con un poco de aceite de oliva y reservá.

2 Prepará la salsa:

En un bowl, mezclá la miel, la salsa de soja, el ajo picado y el jugo de limón. Revolvé bien hasta integrar.

3 Horneá:

Colocá el salmón en una fuente para horno, verté la salsa encima y agregá el perejil picado. Cubrí con papel aluminio y cociná en horno precalentado a 200 °C durante 20 minutos.

💡 Tip: Para un toque final, destapá los últimos 5 minutos para dorar el salmón ligeramente.

¡Guardá esta receta y sorprendé a tu familia con un plato digno de restaurante!