

Sardinas rellenas en tempura con paté de ave

Dificultad:

media

Tiempo de Cocción

sardinas, 1 minuto; hígado de pollo, 2 minutos

Nº de comensales: 1

/ Ingredientes

Para 4 personas:

Para las sardinas:

- 8 sardinas bien grandes
- 4 unidades de pimientos del piquillo
- 160 gramos de queso manchego
- 16 unidades de ramitas de cebollino

Para el paté de hígado de pollo:

- 150 gramos de hígado de pollo
- 70 gramos de chalota picada
- 50 gramos de mantequilla
- 50 ml. de vino de Oporto
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta negra

Para la tempura:

- 100 gramos de harina de tempura
- Agua con gas

Para la finalización y montaje del plato:

- 2 limas
- Flor de sal

/ Preparación

Para las sardinas

- Escamamos las sardinas bajo el grifo con un hilo de agua fría y las secamos.
- Con un cuchillo o tijeras, retiramos las tripas de las sardinas y limpiamos con agua fría los restos de sangre.
- Deslomamos las sardinas y guardar juntos los 2 lomos de cada una de ellas.
- Cortamos el queso y los pimientos a tiras del mismo tamaño de las sardinas.
- Rellenamos las sardinas intercalando lomo de sardina, queso, pimiento, lomo de sardina.
- Escaldamos el cebollino y lo refrescamos inmediatamente en agua y hielo.
- Atamos las sardinas con 2 ramitas de cebollino por cada extremo manteniendo firme el conjunto y las reservamos en frío.

Para el paté de hígado de pollo

- Rehogamos la chalota con aceite de oliva hasta que esté bien dorada.
- Incorporamos el vino de Oporto y dejamos evaporar parte del alcohol.
- Añadimos los hígados de pollo y los rehogamos hasta que queden rosados y jugosos.
- Pasamos el conjunto a la thermomix y lo turbinamos añadiendo la mantequilla poco a poco y emulsionando.
- Colamos el conjunto ya procesado mediante un colador de malla fina y lo reservamos en una manga pastelera o, en su defecto, en un biberón.

Para la tempura

- Mezclamos la harina con el agua muy fría mediante unas pinzas hasta obtener una masa bastante homogénea pero sin trabajarla mucho. Reservamos en frío.

Finalización y montaje del plato

- Pasamos las sardinas por la tempura y las freímos en aceite de oliva escurriendo el exceso de tempura hasta obtener un bonito color dorado y una textura crujiente y fina.
- Las escurrimos en papel absorbente para eliminar el exceso de aceite.
- Disponemos las sardinas en plato con los lomos hacia arriba poniendo puntos de paté de ave por el surco que queda entre lomo y lomo a lo largo de las sardinas.
- Rallamos un poco de piel de lima sobre las sardinas y las acompañamos con un trocito de lima para aportar acidez al escurrirla justo antes de comerla.
- Finalmente, añadimos la sal en escamas.