

Por: Miguel Ángel Mateos



Lomo de Merluza a la Plancha con Vinagreta de **Ajo Blanco**.



DIFICULTAD
BAJA



TIPO DE COCINA
FUSIÓN



Nº DE COMENSALES
4



TIPO DE PLATO
PRINCIPAL



TIEMPO DE PREPARACIÓN
30 MINUTOS



VARIEDAD DE AJO
BLANCO

Ingredientes

- 4 dientes de Ajo Blanco Big Garlic
- 4 Lomos de Merluza
- 1 Lima
- 2 Setas Japonesas
- 12 tomates Cherry
- Perejil picado
- Vinagre de Jerez
- Aceite de Oliva Virgen Extra
- Sal
- 25 gr Piñones
- 4 Higos
- Cilantro fresco

Paso a Paso



1. Pelamos los dientes de ajo blanco, los picamos muy finamente y reservamos (excepto uno que lo laminaremos al final).
2. Troceamos las setas en cuadrados muy pequeños, por un lado los troncos y por otro lado los sombreros.
3. Sacamos cuartos de los higos y reservamos.
4. Picamos las hojas de cilantro
5. Cortamos en cuatro los tomates cherry y reservamos.
6. En una sartén, con un poco de aceite de oliva extra, a fuego medio doramos ligeramente el diente de ajo laminado y lo retiramos. En el mismo aceite, colocamos la merluza con la piel hacia abajo y hasta que esta quede dorada.
7. Le damos la vuelta a la merluza y añadimos los troncos de las setas, los piñones, los tomates cherry y los higos.
8. Dejamos cocer 5 minutos, hasta que la merluza este hecha y retiramos del fuego.
9. Mientras, en un bol, haremos una vinaigreta mezclando los ajos, el cilantro, los sombreros de las setas, un chorrito de aceite de oliva extra, el vinagre y la sal.

TERMINADO DEL PLATO:

10. En un plato llano colocamos en el centro el lomo de merluza, con la piel hacia arriba, y colocamos una línea en diagonal con las verduras salteadas.
11. Sobre la merluza añadimos la vinaigreta y las láminas de ajo doradas.
12. Colocamos los higos alrededor de la merluza y hacia arriba, que se vean bien.

CONSEJOS DEL CHEF Miguel Ángel Mateos:

- Lo más importante de este plato es la cocción adecuada de la merluza (ni muy hecha, ni poco hecha), justo en su punto de cocción. Esto lo vemos en el momento que la carne cambia a color blanco, empieza a sacar burbujitas de gelatina y los lomos se empiezan a separar en láminas.
- Este tipo de pescados es bueno hacerlos solo por el lado de la piel, para proteger la carne y que no se reseque excesivamente.
- En este plato buscamos frescor con los cherry, el cilantro y los higos, y texturas con los piñones, realzando el sabor con el vinagre de Jerez y los ajos dorados y crudos.