

## LOMOS DE DORADA

### CON ESCABECHE DE BOQUERONES

#### **Ingredientes: para 4 personas:**

- 4 lomos de dorada
- 2 patatas de unos 150 gr.
- Hojas verdes de hierba buena
- **Para el escabeche:**
- 400 gr boquerones
- Harina, para enharinar
- 150 ml. Aceite de oliva virgen
- 1 cabeza de ajos
- 5 granos de pimienta negra
- 2 hojas de laurel
- 4 rodajas de limón c/p
- 2 gajos de naranja c/p
- 2 cucharadas de vinagre de Jerez
- Opcional: hebras de azafrán, cúrcuma, jengibre.



#### **Elaboración:**

Pelar y cortar las patatas por medio, poner al microondas con un poco de agua durante 4 minutos. Cortar los ajos en rodajas gruesas, freír en aceite de oliva virgen. En este mismo aceite dorar las patatas por las dos caras y reservar. Añadir al aceite una pizca de harina, la naranja, el limón, los ajos y demás especias, así como el vinagre y un vaso de agua. Dejamos hervir unos minutos, mientras hacemos los pasos siguientes:

Limpia y filetear los boquerones, lavar, sazonar, harinar y freír en aceite abundante. Añadir los boquerones al escabeche y apartar transcurrido un minuto.

Dorar los lomos de dorada previamente aceitados sobre la plancha primero por la parte interior, que es la que vamos a presentar.

Preparar los motivos decorativos, con los trozos de patata, la hierba buena y los trozos de naranja

#### **Presentación:**

Colocar la dorada en el plato, sobre esta unos filetes de boquerón y el escabeche templado. Al lado los motivos decorativos.

“TENEMOS LA RESPONSABILIDAD DE TRANSMITIR A NUESTROS HIJOS LA COCINA Y LOS PRODUCTOS QUE HEMOS HEREDADO DE NUESTROS ABUELOS”