

MERLUZA A LA PAPILLOTE

Ingredientes: 4 trozos de merluza de 150 g cada uno (puede ser lubina, mero, lenguado...) 20 almejas, 400 g de la parte blanco del puerro en rodajas de 1 cm de ancho, 2 dientes de ajo laminados, 50 g de aceite de oliva, una pizca de cayena, sal y pimienta.

Elaboración: se pela y lava la parte blanca del puerro y se corta en rodajas de 1 cm, lo más uniformes posible. Este puerro se deja sudar durante 20 minutos con 10 g de aceite, hasta que quede bien pochado. Pasado el tiempo, se retira del fuego y se escurre el aceite. Mientras se precalienta el horno a 190 o 200°C, se recortan cuatro láminas de papael de aluminio de unos 40 cm de largo y se reparte el puerro entre las cuatro láminas de forma uniforme.

A continuación, se salpimenta los trozos de merluza, se colocan sobre los puerros y se añaden cinco almejas sobre cada porción. Entonces, se prepara un refrito con el resto del aceite, los ajos laminados y la cayena y se vierte una cucharada de postre (5g) del refrito sobre cada ración.

Acabado y presentación: se cierra el papel de aluminio y se hornea a 180°C durante unos 10 minutos (hasta que el papel se hinche). Se saca del horno y se sirve sin romper el papel para que no pierda su fragancia.

MIS TRUCOS Si el papel que utilizamos para hornear el pescado a la papillote es muy fino, conviene poner doble capa para que no se rompa. Lo importante es que toda la esencia se mantenga en el interior



1. **SE POCHA** en parte del aceite la parte blanca del puerro



2. **SE COLOCA** en el papel de aluminio y, sobre él, el pescado y las almejas.



3. **SE PREPARA** un refrito con aceite, ajos y cayena y se vierte sobre cada porción.



4. **SE CIERRA** el papel de aluminio y se hornea unos 10 minutos a 180 °C