



## Canelón de calabacín relleno de tartar de palometa

Receta de Jorge Márquez, Chef y socio fundador de la Asociación gastronómica “La casica de la Arboleja”.

### Ingredientes (para 4 personas):

- 2 palometas de unos 350 gr. cada una.
- 50 gr. de salsa de pescado.
- 50 gr. de salsa de soja.
- 100 gr. de agua.
- 30 gr. de cebolla tierna.
- 1 tomate.
- 1 manzana.
- 10 gr. de cilantro.
- 1 calabacín.
- 2 remolachas pequeñas.
- c/s sésamo negro.
- c/s mayonesa y mostaza de Dijon.
- c/s aceite de oliva virgen extra.
- c/s sal y pimienta.



### Elaboración:

#### Para el tartar de palometa:

- Congelar la palometa 5 días a -20°C, descongelar en frigorífico (una noche aprox.).
- Mezclamos salsa de pescado, soja y agua, ponemos mezcla de especias al gusto y dejamos reposar una noche en frigorífico.

# Pescados con arte II

## Pesca responsable en tu cocina



- Limpiamos la palometa sacando los lomos, quitándole espinas y piel. La cortamos en pequeños cuadrados.
- Juntamos la palometa picada con la mezcla de salsas anterior y maceramos en frío durante 30 min.
- Pelar el tomate y sacar las semillas con cuidado para decorar. La carne del tomate, la cebolla tierna y la manzana la picamos en pequeños cuadrados (de un tamaño similar al corte de los lomos).
- Ecurrir bien la palometa macerada y mezclar con las verduras troceadas, el cilantro picado, sésamo negro y aceite de oliva.

### Para el puré de remolacha:

- Limpiar bien las remolachas en agua para quitarles toda la tierra y envolverlas en papel de aluminio individualmente. Cocinar en horno a 180°C durante 1:30 horas. Dejar enfriar un poco y pelar.
- Triturar con aceite de oliva, sal y pimienta.

### Para la mayonesa de mostaza:

- Mezclar ambos ingredientes al gusto.

### Emplatado:

- Limpiamos el calabacín y lo cortamos en finas tiras ayudándonos de la mandolina.
- Estiramos 5 o 6 tiras de calabacín juntas sobre papel de horno, colocamos encima el tartar de palometa y enrollamos con cuidado.
- Acompañamos con el puré de remolacha, las semillas de tomate, el sésamo negro y aceite de oliva.