

PATATAS DE APROVECHAMIENTO



Ingredientes

800 de patatas chascadas en trozos de 3 cm

40 gr de aceite de oliva

400 gr de restos de marisco de las navidades(gambón, langostino, gambas, surimi)

150 gr de cebolla

100 gr de pimiento rojo

100 gr de pimiento verde

1 hoja de laurel

2 dientes de ajo

200 gr de tomate natural triturado

500 ml de agua

Sal, comino , nuez moscada

Personas: 4 pax

Tiempo total: 50 min

Preparación: 5 min

Cocinado: 45 min

Dificultad: media

Preparación

Pele las gambas, langostinos, gambones (lo que tenga sobrante) .Reserve las cáscaras y las cabezas para hacer un fumet de pescado. Ponga en una cacerola con el agua las cáscaras y cabezas y cueza durante 10 minutos. Cuele y reserve.

Trocee el ajo la cebolla, el pimiento verde y pimiento rojo en trozos muy pequeños,

Sofría las verduras junto con los ajos picados en una cacerola con el aceite. Añada el tomate natural triturado y sofría durante 5 minutos, removiendo. Añada las patatas y rehogue durante unos 3 ó 4 minutos. Ponga el fumet de pescado, el laurel, la sal, el comino, la nuez moscada y cueza durante 25 minutos.

Añada las gambas, gambón, langostinos, surimi (lo que haya utilizado) reservados y cueza durante 2 minutos.

Vierta el contenido de la cacerola en la sopera y sirva caliente.

PATATAS DE APROVECHAMIENTO(THERMOMIX)



Ingredientes

800 de patatas chascadas en trozos de 3 cm

40 gr de aceite de oliva

400 gr de restos de marisco de las navidades(gambón, langostino, gambas, surimi)

150 gr de cebolla

100 gr de pimiento rojo

100 gr de pimiento verde

1 hoja de laurel

2 dientes de ajo

200 gr de tomate natural triturado

500 ml de agua

Sal, comino , nuez moscada

Personas: 4 pax

Tiempo total: 50 min

Preparación: 3 min

Cocinado: 47 min

Dificultad: media

Preparación

Pele las gambas, langostinos, gambones (lo que tenga sobrante) y reserve las cáscaras y las cabezas para hacer un fumet de pescado. Ponga las cáscaras y las cabezas en el vaso, añada el agua y programe 10 min/100º/vel1 .Cuele el fumet en un bol y reserve. Lave bien el vaso y la tapa.

Ponga en el vaso el aceite, la cebolla, el pimiento verde, el pimiento rojo, el tomate, el ajo y trocee 6 seg/vel 4.Sofría 10 min/120º/vel 1.

Añada las patatas, el fumet reservado, la sal, el laurel, el comino, la nuez moscada y programe 25 min/100º/velocidad cuchara/giro inverso.

Añada las gambas, langostinos o gambones que tenía reservados y programe 2 min/100º/vel cuchara /giro inverso.

Vierta el contenido del vaso en la sopera y sirva caliente