

el cocinero andaluz



blog de cocina mediterránea

0229 SOPA DE PESCADO Y MARISCO

Ingredientes (para 4 comensales)

- Fumet de pescado o marisco (500 ml)
- Patata (2)
- Chipirón (2)
- Langostinos (20)
- Almejas (400 gr)
- Cola de rape (200 gr)
- Rosada (200 gr)
- Cebolleta (1)
- Puerro (1)
- Zanahoria (1)
- Pimiento verde italiano (2)
- Ajo (4)
- Tomate (1)
- Salsa de tomate casera (3 cucharadas)
- Pimentón de La Vera
- Pimienta negra molida
- Sal
- Vino manzanilla
- Hierbabuena (8 hojas)
- Aceite de oliva virgen extra



Proceder

Pelamos los ajos, la cebolleta, la zanahoria, el puerro, el tomate y los troceamos en trozos gruesos

Los pimientos verdes italianos los enjuagamos bajo el grifo, los secamos, les quitamos el pedúnculo y los troceamos

En una cazuela con un chorro de aceite de oliva y a fuego fuerte hacemos un refrito con los ajos, la cebolleta, el puerro, la zanahoria y el pimiento verde. Añádele un poco de sal



Cuando la verdura esté doradita, echa una cucharada de pimentón de La Vera y un poco de pimienta negra molida

Añade enseguida el tomate para que no se queme el pimentón, la salsa de tomate frito, el vino manzanilla y el fumet

Apaga el fuego, y cuando haya enfriado un poco, pasa todo el contenido de la cazuela a un vaso de la trituradora. Añádele unas hojas de hierbabuena bien limpias y tritúralo bien

Regrésalo todo a la cazuela pasándolo por un colador

Pela las patatas y córtalas en "cachelos" y añádelas a la cazuela

Limpia los chípirones, córtalos en trozos pequeños y añádelos también

Tapa la cazuela y deja cocer unos 12 minutos a fuego lento. Mientras, corta en trozos la cola de rape y la rosada e introdúcelos en la cazuela. El pescado se hace en unos 3 minutos.

Pasados los 15 minutos, si las patatas se pueden aplastar fácilmente con un tenedor, la sopa está lista

Corta el pan de pueblo en rebanadas, estas en bastones y los bastones en cubitos que freirás en abundante aceite de oliva caliente. Enseguida se tornarán doraditos. Sácalos y déjalos reposar sobre un papel absorbente de cocina

Añade las colas de langostino, las almejas y 1 minuto después el pan frito (justo para servir)

Sirve los platos decorados con una hojita de hierbabuena