



- cocina muy sencilla -

0265 BESUGO A LA ESPALDA

INGREDIENTES (para 4 comensales)

- Besugo (de unos 2 kg)
- Ajos (8)
- Quindilla cayena (2)
- Aceite de oliva
- Vinagre de vino blanco o de manzana (un chupito)
- Perejil
- Vino fino (medio vaso)

ELABORACIÓN

Para hacer el besugo a la espalda, dile al pescadero que lo prepare para este plato, es decir, que le corte un poco las aletas, le quite las escamas, lo eviscere y lo abra por la mitad dejándole la espina central pegada a uno de los lomos.

Precalienta el horno a 180°C y pica un poco de perejil y los ajos en trocitos.

Abre el pescado y sálalo por dentro y por fuera.

Pon medio vaso de vino fino en el fondo de una fuente de horno con rejilla y coloca el pescado sobre esta y boca arriba. La rejilla es para que el pescado no toque los líquidos del fondo de la fuente.

Mientras se hace el pescado, pon una sartén con el fondo bañado por aceite de oliva y fríe en él un par de cayenas y los ajos picados.

Cuando el pescado esté a punto de salir, vierte el contenido de la sartén sobre él. Regresa la sartén al fuego y echa un chupito de vinagre de vino blanco, deja que evapore un poco y échalo sobre el pescado.

Transcurridos unos 15 minutos, el pescado estará hecho. Compruébalo intentando despegar la espina central. Si sale es que el pescado está hecho.

Sirve el pescado espolvoreando por encima de él un poco de perejil picado. Desglasa el fondo de la fuente y echa esta salsa a una salsera para acompañar al pescado.