



PESCADO A LA SAL

SE PUEDE HACER CON FILETE DE PESCADO O CON PESCADO ENTERO DE MÁXIMO 1 KG
HUACHINANGO O MERO O ROBALO

INGREDIENTES:

SAL DE GRANO
1 FILETE DE PESCADO CON PIEL
HIERBAS DE OLOR

PREPARACIÓN:

- Cogemos la bandeja del horno y la sacamos y preparamos la sal de esta manera.
- Echamos la sal en un bol un poco grande y le echamos agua poco a poco, vamos amasando la sal con el agua nos tiene que quedar como cuando cogemos arena de playa para hacer castillitos con agua pero consistente.
- Una vez hecho esto extendemos una capa de sal POR TODA LA BANDEJA DEL HORNO de medio centímetro de grosor de tal manera que le ponemos el pescado y este tiene que estar en su cama de sal.
- A continuación le seguimos echando sal hasta que ESTE TOTALMENTE CUBIERTO DE SAL POR TODAS PARTES, no tiene que quedar nada que le dé el aire, que le cubra más o menos 1 centímetro de espesor de sal.
- El horno lo ponemos a 200 grados y cuando este a esa temperatura metemos en él, la bandeja.
- Lo tenemos EXACTAMENTE 30 a 40 minutos depende del peso del pescado
- De todas manera a partir del minuto 30 abrimos la tapa del horno y le damos un golpecito a la sal que esta dura pues 4 m minutos mas y fuera. YA ESTA HECHO.
- Sacamos la bandeja del horno, cogemos una espátula y le damos golpes a la costra de sal, para que nos deje el pescado al .descubierto le quitamos la piel y le sacamos los filetes al plato con la espatula, asi le damos la vuelta y hacemos lo mismo.
- Le echamos unas gotitas de aceite y a comer.