

LA RECETA

Fish pie (pastel de pescado)

CULTURA

21_02_2022



He aquí una receta típica de Essex, la región natal de John Rogers Herbert. El pescado que es la base de la preparación es el eglefino, que se encuentra en los supermercados de toda Europa.

El eglefino pertenece a la familia Gadidae y se distingue de todas las demás especies de peces por la presencia de una mancha negra sobre la aleta pectoral. Se dice que esas

manchas fueron causadas por San Pedro quien, en un ataque de ira, tomó el eglefino y le apretó el cuello con sus manos. Según otras leyendas, fue el mismo diablo quien infligió aquellas quemaduras al eglefino. En cualquier caso, lo cierto es que esos puntos negros lo hacen único entre otras especies de peces, tanto que también han dejado huella en el nombre noruego, hyse, que en lengua antigua significa “quemado”.

Ingredientes para 4 personas

500 g de eglefino fresco ahumado sin piel

200 g de salmón fresco sin piel

150 g de vieiras sin cáscara

150 g de gambas peladas

250 ml de caldo de pescado

30 g de harina.

Un puerro cortado en rodajas de 1cm.

Un manojo de perejil picado

5 hebras de azafrán

2 cucharadas de aceite de oliva

Una nuez de mantequilla

para el puré

6 papas medianas

50 g de mantequilla

Medio vaso de leche tibia

Necesitará: una olla, una sartén grande de fondo plano, una jarra y una fuente para hornear.

Preparación

Precalentar el horno a 220°C.

Preparar el puré: hervir las papatas y triturarlas, mezclándolas con la mantequilla y la leche. Poner a un lado.

Freír las rodajas de puerro en aceite de oliva durante un par de minutos y luego añadir el caldo de pescado, el perejil picado y un poco de sal y pimienta. Llevar a ebullición, luego cocinar a fuego lento durante 10 minutos. Retirar los puerros del líquido con una espumadera y colocarlos en una fuente para horno.

Poner las hebras de azafrán y el pescado en el líquido de la sartén y cocinar (a fuego

lento) durante unos 3 minutos.

Ecurrir el pescado, picarlo y agregarlo a los puerros en la sartén. Poner los camarones y las vieiras en el líquido y blanquearlos por un minuto. Ecurrirlos y agregarlos a los puerros y al pescado en la sartén.

Verter el líquido en una jarra y poner a un lado. Derretir una nuez de mantequilla en la sartén, luego espolvorear con harina y batir con una cuchara de madera. Poco a poco añadir de nuevo el líquido de la jarra, siempre removiendo para que espese, para que no quede con grumos. Verter la preparación en la sartén, sobre el pescado y los puerros.

Extender sobre el puré de papas y hornear durante unos 30 minutos (si usa una sartén transparente, debería poder ver la salsa burbujeando alrededor del pescado).

Una variante (según el gusto) agregar queso rallado en la superficie 10 minutos antes del final de la cocción: se formará una costra dorada y crujiente sobre el pastel de pescado.

(Liana Marabini)