

Πεσκανδρίτσα στο φυσικό της περιβάλλον

“ Η πεσκανδρίτσα που χρησιμοποιώ στο εστιατόριο μου αλιεύεται με πετονιά και όχι με δίχτυ. Αυτό είναι πολύ σημαντικό για τη βιωσιμότητα...”

— Rui Paula

- **Μερίδες:** για 2 άτομα
- **Προετοιμασία:** 1 ώρα και 30 λεπτά (προετοιμάστε την τηγανητή πέτσα σαυριδιού 12 ώρες νωρίτερα ή ζητήστε από το ιχθυοπωλείο σας να την αφυδατώσει)
- **Βαθμός δυσκολίας:** μέτρια
- **Βιωσιμότητα:** Τα αποθέματα πεσκανδρίτσας είναι ικανοποιητικά στα νερά της Πορτογαλίας, στον Βισκαϊκό Κόλπο καθώς και στην Κελτική και την Ιρλανδική Θάλασσα. Η ΕΕ απαιτεί ελάχιστο βάρος 500 γραμμάρια (ολόκληρο ψάρι).



Υλικά για την πεσκανδρίτσα

- 2 φιλέτα πεσκανδρίτσας (200 γραμμάρια)
- ψιλό αλάτι

Υλικά για τα αυγά ψαριού

- 100 γραμμάρια αυγά βακαλάου/αυγοτάραχο

Υλικά για την κρέμα σκόρδου

- κρέμα σκόρδου
- σκελίδες σκόρδου
- κρέμα
- αλάτι

Υλικά για τη σάλτσα rouille

- 2 κρόκοι αυγών
- 1 βρασμένη πατάτα
- 50 γραμμάρια αχιβάδες
- κρόκος (σαφράν)
- πιπέρι καγιέν
- 150 ml ελαιόλαδο
- 100 ml ηλιέλαιο
- 4 σκελίδες σκόρδου, χωρίς την κορυφή και κομμένα τρεις φορές
- 1 κουταλάκι του γλυκού χυμό λεμονιού

Υλικά για τηγανητή πέτσα σαυριδιού

- 1/2 πέτσα σαυριδιού (ζητήστε την από το ιχθυοπωλείο σας)
- ψιλό αλάτι
- ηλιέλαιο

Υλικά για τον ζωμό πεσκανδρίτσας

- 1,44 κιλά κόκκαλα και πλευρά πεσκανδρίτσας
- 18 γραμμάρια μαϊντανό
- 360 ml νερό
- 3,75 γραμμάρια ξανθάνη
- 5 γραμμάρια φύκια Kombu
- 15 γραμμάρια Katsobushi
- 7,5 γραμμάρια μαρούλι της θάλασσας
- 15 γραμμάρια π्लाγκτόν

Υλικά για τα τελικά βήματα

- 3 αχιβάδες
- 1 κρίταμο
- 1 δροσουλίτα
- 1 μαρούλι της θάλασσας
- 1 salty fingers

Προετοιμασία της τηγανητής πέτσας σαυριδιού (εναλλακτικά απευθυνθείτε στο ιχθυοπωλείο σας)

- Καθαρίζουμε καλά την πέτσα, την απλώνουμε σε μια σανίδα κοπής και την αφήνουμε να μαγειρευτεί στον ατμό καλυμμένη με μεμβράνη για 20 λεπτά
- Αφυδατώνουμε για 12 ώρες
- Τηγανίζουμε σε λάδι στους 190°C και αφαιρούμε μόλις βγει το λάδι

Προετοιμασία της πεσκανδρίτσας

- Αλατώνουμε την πεσκανδρίτσα
- Μαγειρεύουμε σε ένα τηγάνι για στοάρισμα ενώ βάζουμε ελαιόλαδο και στο τέλος ένα κομμάτι βούτυρο

Προετοιμασία των αυγών ψαριού

- Μαγειρεύουμε τα αυγά ψαριού σε βραστό αλατισμένο νερό σε χαμηλή φωτιά για 20 λεπτά
- Σουρώνουμε, βάζουμε αλάτι και πιπέρι και μερικές σταγόνες ελαιόλαδο

Προετοιμασία της κρέμας σκόρδου

- Τοποθετούμε τις σκελίδες σκόρδου σε ένα πιάτο και ψήνουμε στους 180°C
- Αφαιρούμε το εξωτερικό μέρος και αλέθουμε με λίγη κρέμα μέχρι να δημιουργηθεί μια λεία κρέμα
- Βάζουμε αλάτι αν χρειάζεται

Προετοιμασία του ζωμού

- Τοποθετούμε όλα τα υλικά σε μια κατσαρόλα και σκεπάζουμε καλά με το καπάκι και μια πλαστική μεμβράνη, αφήνουμε το σκεύος σε χαμηλή φωτιά για 30 λεπτά
- Αφήνουμε να σταθεί για 15 λεπτά
- Σουρώνουμε και προσθέτουμε την ξανθάνη
- Κρυνώνουμε και προσθέτουμε πλαγκτόν και καρυκεύματα αν χρειάζεται

Προετοιμασία της σάλτσας rouille

- Σουρώνουμε την πατάτα και την ανακατεύουμε με τον ζωμό ψαριού
- Προσθέτουμε το σκόρδο (αφού το σουρώσουμε), τον κρόκο, το χυμό λεμονιού και τα βαλανόστρακα και τα ομογενοποιούμε με τα λίπη σε ένα μπλέντερ
- Προσθέτουμε τον κρόκο (σαιφράν) και πιπέρι
- Βάζουμε καρυκεύματα αν χρειάζεται

Τελικά βήματα

- Διακοσμούμε με αχιβάδες, κρίταμο, δροσουλίτα, μαρούλι θάλασσας και salty fingers