Pește-undițar în habitatul său

- **Pentru:** 2 persoane
- **Timp de preparare:** 1 oră și 30 de minute (pregătiți pielea prăjită de stavrid cu 12 ore înainte sau cereți la pescărie să o deshidrateze)
- **Dificultate:** medie
- **Durabilitate:** Stocurile de pește-undițar din apele portugheze, Golful Biscaya, precum și din Marea Celtică și Marea Irlandei, sunt în stare bună. UE impune o greutate minimă de 500 g (pentru peștele întreg).

Ingredienti

Ingrediente pentru rețeta de pește-undițar
- 2 fileuri de pește-undițar (200 g)
- sare fină

Ingrediente pentru icre
- 100 g icre de cod

Ingrediente pentru crema de usturoi
- cremă de usturoi
- căței de usturoi
- smântână
- sare

Ingrediente pentru sosul „rouille”
- 2 gălbenușuri de ou
- 1 cartof fiert
- 50 g scoici
- șofran
- piper Cayenne
- 150 ml ulei de măsline
- 100 ml ulei de floarea-soarelui
- 4 căței de usturoi, fără vârf și tăiați în trei
- 1 lingură de suc de lămâie

Ingrediente pentru pielea prăjită de stavrid
- 1/2 piele de stavrid (întrebați la pescărie)
- sare fină
- ulei de floarea-soarelui

Ingrediente pentru supa de pește
- 1,44 kg oase și înotătoare de pește-undițar
- 18 g pătrunjel
- 360 ml apă
- 75 g xantan
- 5 g alge kombo
- 15 g katsobushi
- 5 g salată de mare
- 15 g plancton

Ingrediente pentru ultimele etape

- 3 scoici
- 1 fenicul de mare
- 1 tulpină iarbă-grasă
- 1 salată de mare
- 1 salicornie

Preparare

Prepararea pielii prăjite de stavrid (poate fi și cumpărată gata pregătită)

- Se curăță bine pielea, se întinde pe blatul de bucătărie sau pe tocător și apoi se pune în cuptorul cu aburi timp de 20 minute, acoperit cu folie alimentară
- Se deshidratează timp de 12 ore
- Se prăjește în ulei la 190°C și se ia de pe foc imediat ce lasă ulei

Prepararea peștelui-undițar

- Se sărează peștele
- Se prăjește în ulei de măsline, iar la sfârșit se adaugă un cub de unt

Prepararea icrelor

- Icrele se fierb la foc mic în apă sărată clocotită timp de 20 de minute
- Se trec printr-o sită și se adaugă sare și un fir de ulei de măsline

Prepararea cremei de usturoi

- Căţeii de usturoi se pun la cuptor și se coc la 180 °C
- Se curăță și se pisează adăugând smântână până când se obține o cremă omogenă
- Sărați după gust

Prepararea sosului „rouille”

- Se trece cartoful printr-o sită și se amestecă cu supa de biban
- Se adaugă usturoiul (trecut prin sită), gălbenușul, sucul de lămâie și scoicile. Se adaugă ulei și se mixează utilizând un blender cu imersiune
- Se adaugă șofran și piper
- La nevoie, se rectifică asezonarea

Prepararea supei

- Se pun toate ingredientele într-o oală și se acoperă bine cu capacul și cu film alimentar. Se fierbe la foc mic timp de 30 de minute
- Se lasă să se răcească timp de 15 minute
- Se strecoară și se adaugă xantanul
- Se răcește și se adaugă planctonul, apoi se condimentează după gust

Ultimele etape

- Se decorează cu scoici, fenicul de mare, iarbă-grasă, salată de mare și salicornie