

MEJILLONES EN ESCABECHE

INGREDIENTES

Ingredientes para 2 personas

- 500 g de mejillones frescos
- 120 g de cebolla
- 30 g de blanco puerro
- 15 g de apio
- 1 hoja de laurel
- 100 ml de aceite de oliva virgen extra variedad Arbequina
- 2 dientes de ajo a 10 g
- 5 g de pimentón dulce de La Vera
- 50 ml de vinagre de vino blanco

PREPARACIÓN

Precalear el horno de vapor en cocción a vapor con el depósito de agua lleno a 100°C con 10 minutos de antelación.

Colocar los mejillones frescos sobre una bandeja de rejilla sin amontonar, si no nos caben repartir en dos bandejas.

Meter en el horno durante 5 minutos, retirar y dejar enfriar.

Retirar el mejillón de las conchas, extraer la cuerda de cada uno y reservar en un bol.

A parte en una cazuela sobre la inducción al 5 de potencia, con una cuchara de aceite rehogar los ajos laminados durante unos segundos sin que tomen color, añadir el apio, el puerro, la cebolla en juliana fina y rehogar durante 20 minutos hasta que se cocinen perfectamente, añadir el laurel y alguna otra aromática que nos guste como la lavanda en flor, tomillo, santolina, etc... Echar el pimentón y darle un par de vueltas al sofrito, añadir el vinagre, dejar reducir la mitad y verter el resto del aceite. Apagar la inducción y echar sobre los mejillones limpios que tenemos reservados.

Dejar templar, guardar en un envase hermético y dejar en el frigorífico 24 horas antes de consumir y no guardar más de tres días.

COCINA
DE AUTOR
Diego Seser

