



Receta de La cocina mediterránea de Carme Ruscalleda

Página 104



Fotografías: Becky Lawton

Dentón con "pistonat"

La misma receta se puede adaptar a otros pescados como el sargo, la breca, el besugo, la dorada, el pargo, o la lubina.

La mahonesa de perejil y jengibre es un buen aliño para butifarras o carne a la brasa. También constituye una buena opción para aliñar bocadillos vegetales.

Cuando en una receta aparece la palabra "marcar", se refiere a la ágil operación consistente en asar un producto en una plancha muy caliente o en una sartén antiadherente que haga la función de plancha, pero el interior debe quedar totalmente crudo, porque la cocción finalizará en el horno. Al marcar un alimento a la plancha, ya sea carne, pescado o un vegetal, aparte de dorarlo ligeramente y obtener un color bonito, también conseguimos que los sabores propios y característicos se fijen de un forma nítida y poco manipulada.

INGREDIENTES

Para 4 personas

- 1 Dentón de 1 kg aproximadamente
- 1 Copita de jerez seco
- 2 Dátiles
- 2 Zanahorias
- 2 Puerros
- 100 g De judías tiernas

Para la mahonesa especial:

- 1 Huevo
- 200 ml. de aceite de oliva extra virgen
- Sal
- Perejil
- Una cucharadita de jengibre fresco rallado
- 100 g De pistones (1)
- Pimienta blanca

PREPARACIÓN Y COCCIÓN:

1 Pide en la pescadería que te limpien el pescado y saquen los filetes al dentón. Una vez en casa, repásalo, prepara cuatro supremas de la misma medida y resérvalas frías.

2 A continuación, cuece *al dente* los pistones (1), refrésalos en agua y hielo, escúrrelos y guárdalos.

3 Corta en tiras finas la zanahoria, el puerro y la judía, y ponlo a cocer en agua hirviendo durante 1 minuto. Después, refrésalo en agua y hielo, escúrrelo bien y guárdalo frío.

4 Para el *pistonat* hay que preparar una mahonesa un poco especial; hazla con el huevo, el aceite de oliva, el perejil picado, el jengibre rallado, sal y pimienta. Pon los ingredientes en un vaso estrecho; observa que el huevo quedará al fondo. Acciona el triturador en posición en contacto con el huevo y ve levantándolo hacia la superficie, comprobando que la mahonesa queda totalmente montada y perfecta. Resérvala fría.

5 Seguidamente, corta los dos dátiles en dados minúsculos y resérvalos.

6 En una plancha o sartén antiadherente, marca el pescado por cada cara untado con un poco de aceite y la sal. Coloca el pescado en una fuente para horno (la piel debe quedar a la vista), rocíalo con jerez seco y un hilo de aceite, y acaba de cocer en el horno, a 190°C, durante 4 minutos.

7 Saltea en una sartén las verduras con los pistones, salpiméntalo y viértelo en un bol para mezclado con la mitad de la mahonesa de perejil y jengibre. Reparte seguidamente en los platos el *pistonat* y coloca en un lado el trozo de pescado; mientras, al jugo de cocción que ha quedado en la fuente del pescado, agrégale los dátiles, mézclalo y repártelo aliñando cada plato. Sirve aparte la mahonesa restante

(1) Pistó: ...
ALIM.

Cada una de las piezas del tipo de pasta de harina en forma de pequeños anillos o secciones de un tubo análogo al macarrón.

Gran Enciclopedia Catalana, Vol. 11, Barcelona, 1978

Receta de **La cocina mediterránea**
de Carme Rusalleda

Página 104