



Receta del GRAN LIBRO DE COCINA de Alain Ducasse.
Página 106



Lomo de lubina del Mediterráneo

Pinchado con **hinojo** y **ajo confitado**, cocido a fuego lento para que quede **fundente**, la piel **crujiente**, **berenjenas** tiernas, **jugo** ligeramente avinagrado

INGREDIENTES

1	Lubina del Mediterráneo de 3 kg
1	1 Bulbo de hinojo
6	6 dientes de ajo en camisa
50 CL	50 cl de aceite de oliva

Preparación y cocción de la lubina

Descamar, desbarbar y eviscerar la lubina con cuidado, enjuagarla bajo el agua corriente y secarla con un paño. Seccionar al cola y la cabeza, retirar las venas y los ojos, después ponerla a purgar en un barreño de agua fría.

Separar los lomos de la espina, sacar 6 buenas tajadas de 240 g por pieza y cortar en

Flor de sal
Pimienta
Mignonnette
Unas bayas de
enbro

Jugo avinagrado

100 G chalotas cortadas
en rodajas gruesas
20 granos de pimienta
negra
1 rama de hinojo seco
60 CL De vinagre de Jerez
80 CL De fondo blanco de
ave
7 CL De aceite de oliva
4 Berenjenas

Guarnición

4 Buenas hojas de
acelga
12 Cebollas nuevas de
30 g pieza
18 Pétalos de tomate
confitado
2 Buenas berenjenas
4 Boletos de tapón
50 G De miga de pan
(Baguette)
1 Huevo
30 G De harina
5 CL De aceite de oliva
20 G De mantequilla
60 G De rebozuelos
1 L De aceite de oliva
5 CL De fondo blanco
De ave

lonchas la piel, dejando 2 mm de carne.
Reservar al fresco.

Confitar el hinojo con el ajo en camisa en una
marmita a horno suave (80° C) durante 1 h
30. Sacar del aceite al final de la cocción,
cortar en gruesos bastones y dejar enfriar.

Pinchar la carne de la lubina con los palitos de
ajo y de hinojo confitado, y hacer unas
incisiones en la piel. Pegar una hoja de papel
sulfurizado entre la carne y la piel para poder
separar los dos trozos al finalizar.

Comenzar la cocción por el lado de la piel en
una sartén negra con aceite de oliva,
poniendo un peso sobre los trozos para que
la piel quede muy crujiente.

Al terminar la cocción, sazonar la lubina con
flor de sal y pimienta mignonnette.

Jugo avinagrado

En una *cocotte* de fundición, con un chorro de
aceite de oliva, sudar la chalota con la
pimienta negra y el hinojo seco, agregar luego
5 cl de vinagre de Jerez y reducir a seco.
Mojar con el fondo blanco y llevar a ebullición
con la cabeza de la lubina. Espumar, cocer a
fuego lento durante 40 minutos y filtrar con
una estameña.

Cortar por la mitad las berenjenas picar la
carne, salar y rociar con aceite de oliva. Poner
en una fuente de barro y confitar en horno a
140 °C, durante 3 horas, dejar luego a
cubierto en lugar tibio.

Ligar el caldo en la Thermomix con una parte
de la pulpa de berenjenas, el aceite de oliva,
un trazo de vinagre, sal y pimienta.

Guarnición

Limpiar las berenjenas, cortarlas en dados regulares de 1.5 cm de lado y saltearlas con aceite de oliva.

Separar lo verde de acelga de las pencas. Desnervar lo verde, lavarlo y ecurrirlo. Pelar las pencas, cortar los extremos y estofarlas a fuego lento en un hilo de aceite de oliva, cubriendo luego con el fondo blanco.

Cocer, añadir una buena nuez de mantequilla y glasear los trozos de verdura en los jugos al final de la cocción.

Raspar el pie de los boletos y de los rebozuelos, lavarlos bajo el agua corriente y secarlos. Empanar a la inglesa las setas, freírlas luego en aceite de oliva 180° C para que queden crujientes y doradas.

Retirar la primera piel de las cebollas, cocerlas en blanco y glasearlas al final de la cocción.

En un *sautoir* caliente con chorro de aceite de oliva, saltear las cebollas y las pencas de acelga, luego las hojas. Añadir para terminar los tomate confitados y las berenjenas.

Acabado y presentación

Volver a calentar la salsa, agregar un chorrito de aceite de oliva y un trazo de vinagre de Jerez en el ultimísimo momento.

Entremezclar las verduras de sartén y las fritas, colocar la lubina por encima y la piel crujiente montada sobre el pescado y las verduras.

Dibujar un cordón de salsa alrededor y sazonar con la mezcla de pimienta mignonnette, enebro machacado y flor de sal.

Receta del GRAN LIBRO DE COCINA de Alain Ducasse.

Página 106