

SUQUET DE MERO

Ingredients per a 4 persones (600 calories per ració)

1 kg. de mero en quatre rodanxes. També es pot fer servir escòrpora o rap.

100 gr. de gamba roja, crancs o galeres

1 kg. de patata tipus “kennebec” (gallega)

una ceba gran (200gr.), un pebrot verd (150gr.), un got de vi blanc, sal, pebre vermell picant, tres grans d'all, julivert i oli d'oliva.

En un morter es piquen els alls i amb l'oli fem un allioli negat, al qual afegim el julivert ben tallat. Amb aquest allioli untam els talls de mero que haurem salat i els deixem macerar un parell d'hores (foto 1).

En un pot sofregim amb oli els crustacis fins que ens agafin color i amb una mà de morter els aixafem per tal que treguin tot el seu suc (foto 2). Afegim 300 cl. d'aigua, salem i fem bullir uns 15 minuts. Colem i reservem el brou.

Amb la ceba i el pebrot finament tallats, preparem un sofregit que deixem confitar durant 30 minuts utilitzant el vi blanc per tal que no se'ns assequi. Al final hi afegim una mica de pebre picant a gust.

En una cassola disposem el sofregit, el brou i les patates que haurem escairat, o sigui que hem tallat a trossos procurant estripar més que tallar la patata, ja que d'aquesta manera deixaran anar millor la fècula i se'ns lligarà la salsa. Fem bullir durant deu minuts (foto 3), afegim el peix i tot l'allioli, i ho fem coure deu minuts més. Deixar reposar cinc minuts abans de servir.



Ingredients



Foto 1



Foto 2



Foto 3



Suquet de mero