

CANTARIL COM MIGAS DE ALGAS E ESPUMA OCEÂNICA

Serve... 2 pessoas

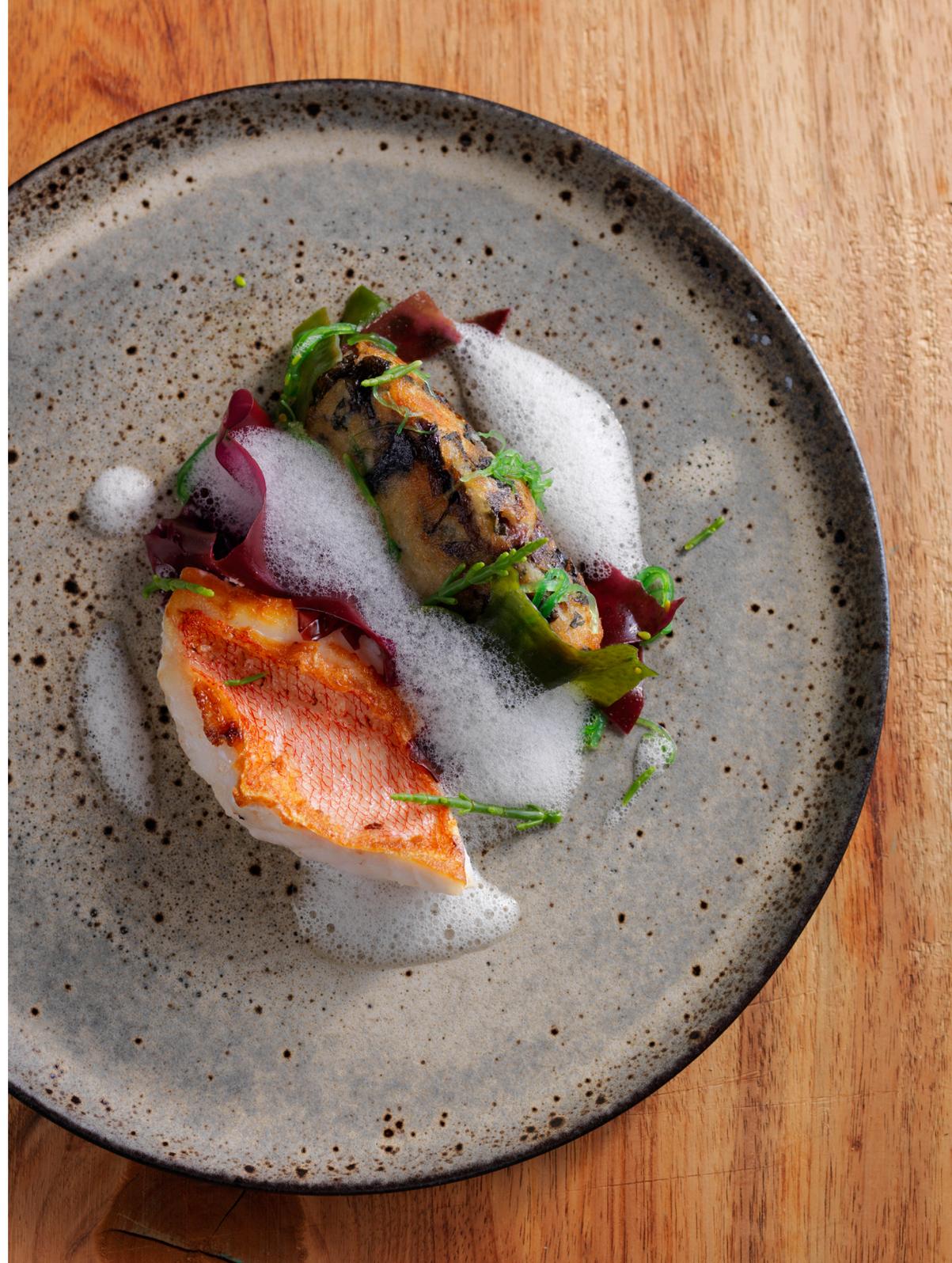
Nível de Dificuldade: Muito fácil

Demora 1 hora

Custo: intermédio



CHEF FREDDY GUERREIRO



INGREDIENTES

1 kg de Cantaril
300g de pão duro
50g de algas desidratadas (wakame, alface do mar, dulce, nori, etc)
500ml de Caldo de Algas (10g alga kombu, 10g de algas variadas)
2 dentes de alho
50g de azeite
Flor de sal qb
1 clara de ovo

PREPARAÇÃO

1. Num tacho colocar a água a aquecer com a alga kombu e 10g das restantes algas. Quando estiver prestes a ferver, retirar do lume e deixar infundonar 20min. Coar e reservar.
2. Demolhar as algas cerca de 10min.
Retirar a cõdea ao pão e cortar em cubos. Verter o caldo de algas por cima e deixar repousar 20min.
3. Picar as algas e ralar o alho, juntar ao pão com o azeite, amassar com as mãos até ficar uma pasta. Temperar com flor de sal. Reservar algumas algas inteiras para usar como guarnição
4. Moldar quenelles, pequenas formas ovais, e fritar numa frigideira bem quente com um fio de azeite em todos o lados até ficar dourado
5. Filetar o peixe e retirar as espinhas. Temperar com a flor de sal de ambos os lados. Aquecer bem uma frigideira antiaderente (teppan) deitar um fio de azeite e colocar o peixe com a pele para baixo.
Pressionar ligeiramente e deixar corar, cerca de 2min. Virar cuidadosamente e terminar, cerca de 30seg.
6. Por fim, temperar o caldo das algas com a flor de sal. Pode passar o ponto de sal pois a espuma perde intensidade quando é introduzido ar. Juntar a clara de ovo reservada e emulsionar o caldo com a varinha mágica para levantar uma espuma. Retirar apenas a espuma superficial.
Finalizar o prato, colocando as migas, o peixe, as algas e a espuma.