



Rape en papillote

Nivel de dificultad: Fácil

Tiempo de preparación: 30 min.

Para 4 personas

Ingredientes

1. 1 kilo de rape en trozos. Hay que pedir al pescadero que quite la piel espina central y nos deje los lomos sin pellejos 10,00 €
2. 1/2 kilo de langostinos o gambas sin cocer 4,00 €
3. 1/2 kilo de patatas grandes o pequeñas. 0,25 €
4. 200 ml de nata líquida 0,44 €
5. 1 cucharada de harina 0,05 €
6. 1 diente de ajo muy picado 0,03 €
7. Cuatro cucharadas de aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta 0,15 €
8. Una guindilla cayena (opcional para el que no le guste nada el picante) 0,05 €
9. Una ramita de perejil, cilantro, cebollino, hierbabuena o cualquier otra hierba verde para adornar 0,10 €

Total 15,07 € a dividir entre 4 personas **3,77 €** por persona . Un plato delicioso con el que sorprenderéis a vuestros invitados

Utensilios:

1. Horno y cocina de gas o eléctrica, vitrocerámica...
2. Cazos, sartenes, boles, cuchara de madera, cucharas, cuchillos
3. Pirex apto para horno
4. Papel vegetal de cocina

Maridaje:

Con este plato van muy bien los vinos blancos. En esta ocasión os recomiendo un **cava brut** (seco) de **Fermí Bohigas**. En España estamos acostumbrados a tomar el cava casi siempre después de las comidas. Sin embargo, es un placer acompañar con Cava o con Champagne algunos platos, y este es uno de ellos. Se aconseja servirlo a 8º-10º. El precio bueno para ser un cava seco: 4,30 €





Loleta

Life, Market & Cooking



Preparación:

1. Encender el horno a 180°.
2. Cocer las patatas en abundante agua con sal hasta que pinchándolas con una aguja o con la punta de un cuchillo, resulten tiernas. Si se han usado patatas grandes, una vez que estén templadas, hay que quitarles la piel y cortarlas en ruedas gruesas, como de 1 cm y medio. Si se han usado patatas pequeñas, entonces no hay que quitarles la piel ni cortarlas. Reservar.
3. Pelar los langostinos o gambas guardando las cáscaras y reservar los cuerpos.
4. En un cazo poner una cucharada de aceite de oliva virgen extra y sofreír a fuego medio aplastando con ayuda de una cuchara las cabezas y cáscaras para que suelten bien el jugo.
5. Una vez que hayan tomado color (se deben poner de color más naranja), añadir la nata líquida y dejar hervir a fuego medio durante un par de minutos. Para entonces la nata habrá cogido todo el color, aroma y sabor de las gambas. Añadir un poco de sal y de pimienta negra recién molida al gusto, y retirar del calor. Colar y reservar la nata de gambas
6. Ahora vamos a preparar una bechamel con la nata de gambas. Para ello, en el mismo cazo limpio de cáscaras, añadir una cucharada de aceite. Cuando esté caliente, añadir la cucharada de harina y mover con varillas o con una cuchara de palo hasta que esté un poco tostada. En ese momento añadir poco a poco la nata de gambas sin dejar de mover para que no se formen grumos. (Si alguna vez se os forman grumos al hacer una bechamel, no hay que temblar de miedo. Solo hay que ponerla en un recipiente de plástico y pasarla con ayuda de la batidora. Una vez que los grumos hayan desaparecido, volver a darle un hervor sin dejar de moverla. También se puede evitar que se formen grumos si se usan unas varillas en lugar de una cuchara para hacer la bechamel, teniendo en cuenta que si el cazo que estáis usando es antiadherente, deberéis usar unas varillas de silicona para que no se arañe el teflón del cazo). Hay que hervir la bechamel hasta que no sepa a harina cruda y la textura sea suave. Rectificar de sal y de pimienta si fuera necesario.





Loleta

Life, Market & Cooking



7. Con ayuda de un cuchillo, limpiar bien los trozos de rape cuidando que no haya quedado ningún resto de piel, ya que con el calor, la piel encoge y esto estropearía nuestra presentación.

8. Una vez limpios, abrir los trozos de rape en libro: se abren por la mitad pero sin llegar a cortar del todo, de modo que se puedan abrir pero por un lado queden cerrados.

9. Con ayuda de una cuchara, poner una cucharada colmada de bechamel en el rape y cerrar con la tapa.

10. Cortar cuadrados de papel vegetal. El tamaño debe ser el que nos permita colocar un trozo de rape relleno en el centro y envolverlo como si fuera un paquete. Normalmente un trozo de unos 20x20 cm es más que suficiente pero dependerá del tamaño del rape que nos hayan vendido el salgan trozos de pescado más o menos grandes, así que tendréis que encontrar la medida adecuada que os permita colocar el rape en el centro del papel, cerrar el paquete por arriba y meterlo por los lados, para que el rape quede totalmente envuelto.

11. Colocar en una fuente apta para horno los paquetes y hornear durante 10-15 minutos dependiendo del tamaño de los trozos.

12. Para el resto del acompañamiento. En una sartén, poner dos cucharadas de aceite y el diente de ajo muy picado. Freír un poco hasta que haya cogido un poco de color. Añadir entonces la cayena y los langostinos o gambas limpios. Saltear hasta que estén hechos.

13. Servir en el plato un paquetito de rape acompañado de las patatas cocidas. Poner un par de cucharadas de los langostinos al ajillo encima de las patatas. Adornar con una ramita de hierba verde: perejil, hierbabuena, cilantro o cebollino

No sabéis lo rico que está y como podéis ver en la foto la presentación es muy bonita. Probadlo porque aunque parezca un plato muy sofisticado, es muy fácil y muy resultón. También podéis hacerlo con merluza o salmón aunque con rape queda exquisito de verdad. ¡A disfrutar!

