

Cabrilla frita al estilo canario

Atlas gastronómico de la pesca en Canarias



Receta: Antonio Aguiar. Coordinador científico: José Antonio González.

Realización: Yuri Millares. Fotografía: Tato Gonçalves.

“A mí me gusta comerme la cabrilla sola y con las manos; y pan y vino, nada más. En este caso hemos cogido una de ración –explica el chef en su restaurante, el Bistró de Antonio Aguiar, en Puerto de la Cruz (Tenerife)–. La fritura canaria no lleva harina, el pescado se sala con sal marina y ya está, después se fríe en aceite de oliva normal o en una de girasol que sea buena; no en aceite de semillas, ni en un aceite de oliva fuerte que le quita sabor”.

■ INGREDIENTES/4 p.

–4 cabrillas de ración
–sal gorda marina

–aceite de oliva suave

Para la guarnición
–papas arrugadas

■ PREPARACIÓN

–En aceite de oliva suave y muy caliente, ponemos a freír las cabrillas con un poco de sal gorda al gusto.

–Dejamos que se dore por un lado, le damos la vuelta para que se dore por el otro y retiramos del fuego, cuidando que nos queden crujientes por fuera y jugosas por dentro.

–Las colocamos unos minutos en una bandeja con papel de cocina para que absorba el aceite y, a continuación, las servimos en el plato o fuente acompañadas de unas papas arrugadas.

Interreg
Fondo Europeo de Desarrollo Regional



MAC 2014-2020
Cooperación Territorial



MACARO FOOD
ciencia & gastronomía



UNIVERSIDAD DE LAS PALMAS
DE GRAN CANARIA



**Instituto Universitario de
Investigación Social y Turismo**
Universidad de La Laguna