

Cabrilla en escamas comestibles y arroz meloso de cazuela

Atlas gastronómico de la pesca en Canarias



Receta: Jorge Bosch. *Coordinador científico:* José Antonio González.

Realización: Yuri Millares. *Fotografía:* Tato Gonçalves.

“La cabrilla es uno de los pescados que más me gusta –confiesa Jorge Bosch, chef del restaurante La Bola en La Matanza de Acentejo (Tenerife)–. El plato surgió casi viendo el género, unas cabrillas de 800-900 gramos; arroces hacemos todos los días; y las escamas comestibles es porque hay pescados con una escama tan delicada que *peinada* a contrapelo y dándole una temperatura alta por ese lado, queda como un rebozado crujiente”.

■ INGREDIENTES/2 p.

–1 cabrilla de 800 g
–cebolla
–pimiento

–zanahoria
–arroz
–caviar de algas

–mojo verde deshidratado
–brotes de perifollo

■ PREPARACIÓN

–Limpiamos las cabrillas, dejando los lomos limpios, reservando las espinas y manteniendo la estructura de las colas con su piel.

Caldo de pescado

–Tostamos las espinas y la verdura (cebolla, pimiento y zanahoria), añadimos agua y realizamos un fondo. Hidratamos el mojo verde y lo añadimos al caldo de pescado.

Arroz de cazuela

–Cocemos el arroz en el caldo de pescado hasta que quede seco, añadiendo el caldo que vaya necesitando para que se hidrate y tome todo el sabor de la cazuela.

Crujiente de la piel de la cabrilla

–Realizamos un crujiente con las pieles de las colas de la cabrilla, limpiando de carne las mismas, dejando algo de grasa y las colocamos entre dos papeles sulfurizados. Llevamos el horno a 160°C y las deshidratamos hasta que queden crujientes.

Acabado y presentación

–A la hora de servir, disponemos el arroz en el plato y colocamos encima los lomos de cabrilla, decorando con mojo deshidratado, caviar de algas, las pieles crujientes y unos brotes de perifollo.



MAC 2014-2020
Cooperación Territorial



UNIVERSIDAD DE LAS PALMAS
DE GRAN CANARIA



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