

Popieta de vieja con lentejas de Fuerteventura

Atlas gastronómico de la pesca en Canarias



Receta: Gustavo Guerra. *Coordinador científico:* José Antonio González.

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

“A mí las lentejas me encantan y las de Fuerteventura más todavía, que es la lenteja más pequeña del mundo y no está con denominación de origen, pero debería tenerla, es una lenteja única –dice Gustavo Guerra, jefe de cocina del cinco estrellas Gran Hotel Atlantis Bahía Real, en Corralejo—. Se consigue, pero no en la cantidad que uno quisiera. Y de ahí voy sacando yo estos platos, como este con la vieja, porque las lentejas en mi casa se han comido toda la vida”.

■ INGREDIENTES/2 p.

–1 vieja grande	–lentejas de Fuerteventura	–1 cucharada de comino en polvo
–1 cebolla blanca de Lanzarote	–berberechos	–1 cucharada sopera de lecitina de soja
–ajo	–goma xantana	–huevas de salmón
–aceite de oliva virgen extra	–sal	–flores comestibles
–fumet concentrado	–vieiras	
	–1 litro de agua mineral	

■ PREPARACIÓN

- A un sofrito de cebolla y ajo, le añadimos fumet muy concentrado y ponemos a cocinar las lentejas. Cuando estén listas podemos añadir (a elección de cada uno) unos berberechos o unas almejas y ligamos con un poco de goma xantana.
- Escamamos y desespinaamos la vieja, sacamos los filetes, los sazonamos, les ponemos unas vieiras y los enrollamos. Después los atravesamos con una brocheta para que se mantenga la popieta.
- Cocinamos en el horno a 170°C durante 6 minutos, tras lo cual los sacamos del horno y les retiramos la brocheta.
- Por otro lado hacemos el aire de comino con un litro de agua mineral y una cucharada de comino en polvo, añadimos una cucharada sopera de lecitina de soja y turbinamos.

Acabado y presentación

- Montamos el plato colocando las lentejas en primer lugar y, después, la popieta encima y sobre ésta el aire de comino. Podemos decorar con huevas de salmón y flores comestibles.



MAC 2014-2020
Cooperación Territorial



UNIVERSIDAD DE LAS PALMAS
DE GRAN CANARIA



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