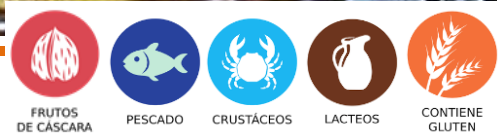
RecetaKA

FRICANDÓ DE LANGOSTINOS



Ingredientes para 8 porciones: 1 Kg de langostinos / 300 g de rovellons / níscalos y rossinyols /rebozuelos / 2 zanahorias / 50 g de apio / 600 g tomates maduros / 3 dientes de ajo / 1 taza de caldo de pescado / 100 g de mantequilla / 1 ramita de tomillo / 1 cebolla / 1 hoja de laurel / 1 copa de coñac / 250 ml de nata para cocinar / sal / aceite de oliva / harina para rebozar. **Para la picada**: 2 dientes de ajo / 6 almendras tostadas



Elaboración

1. Picar finamente las cebollas y las zanahorias
2. Triturar toda la picada con la batidora eléctrica añadiendo un poco de caldo
3. Pelar, salar y enharinar los langostinos
4. En una sartén con parte de la mantequilla derretida y un poco de aceite, dorar ligeramente los langostinos
5. Pasarlos a una cazuela y repartir por encima la picada y las setas limpias
6. En una cazuela calentar 2 cucharadas de aceite y un poco de mantequilla e incorporar la cebolla y la zanahoria
7. Cuando la cebolla esté transparente añadir los tomates maduros troceados, la ramita de tomillo y la hoja de laurel.
8. Dejar cocer a fuego lento unos 15’. Cuando tome aspecto de mermelada, agregar el coñac y dejar reducir un poco.
9. Verter el caldo y dejar cocer 5’ más.
10. Cuando esté cocido retirar el laurel y el tomillo, triturar, colar. Mezclar con la nata líquida y reservar.
11. Cubrir los langostinos con la salsa, añadiendo caldo si es preciso.
12. Rectificar de sal, tapar y cocer a fuego suave durante 10’.

Red de Escuelas de Cocina Infantil

Nota: *Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres* ***supervisen, ayuden y se diviertan*** *cocinando con los niños*

Red de Escuelas de Cocina Infantil