

Cuaderno de recetas Ladespensarural: Pastel de pescado y gambas

Ya está aquí el verano, y el **pastel de pescado y gambas**, aunque fantástico todo el año, cuando más apetece comerlo es con el calorcito, bien frío y jugoso.



Es un plato que se agradece por todos. Comerlo fresquito con un buen acompañamiento como una ensalada verde resulta un gran placer. Y tiene una ventaja añadida: los pequeños de la casa, que siempre protestan cuando tienen que comer pescado, se lo comen de maravilla de esta manera. No solo no protestan, sino que repiten.

Aunque resulta un poco entretenido prepararlo, no tiene demasiada dificultad, y en tus comidas o cenas de este verano, triunfarás seguro con él.

PASTEL DE PESCADO Y GAMBAS.

Tiempo de preparación: 2.30 Horas aprox

Dificultad: Media

INGREDIENTES DEL PASTEL DE PESCADO Y GAMBAS (para 8 personas)

- 1 kg de pescadilla. (Nosotros hemos utilizado colas de pescadilla, pero puedes elaborar la receta con cualquier otro pescado que sea de tu agrado: merluza, cabracho, salmón...)
- 300 gramos de gambitas peladas (las congeladas son muy cómodas para esta receta).
- 6 huevos medianos.
- 250 ml de salsa de tomate frito.



- 200 ml de nata líquida para cocinar.

- 2 cebolletas.
- 1cebolla.
- 3 hojas de laurel.
- Medio limón.
- Aceite de oliva aromatizado con albahaca.
- Aceite de oliva virgen extra.
- Pimienta negra en grano.
- Sal.

ELABORACIÓN DEL PASTEL DE PESCADO CON GAMBAS

En primer lugar, ponemos a hervir en una olla con agua abundante, las colas de pescadilla. Al agua de cocción le añadimos la cebolla cortada en cuartos, el medio limón partido en dos o tres trozos, el laurel, sal y unas bolas de pimienta negra. Lo dejamos cocer hasta que el pescado esté hecho, vigilando que se quede jugoso. Hay que vigilar bien la cocción en este caso, para evitar que el pescado quede muy seco: el tiempo dependerá del tamaño de las piezas de pescado.



Un truco: cuando acabamos con la cocción del pescado, nosotros colamos bien el caldo resultante y lo guardamos para cualquier otra elaboración (sopa de pescado, arroz con almejas...) , ya que se trata de un fumet de pescado con un sabor intenso que sería una pena desperdiciar.

Mientras se cuece el **pescado**, cortamos las cebolletas muy finas, y las pochamos lentamente en una sartén con un buen chorreón de aceite de oliva virgen extra. Cuando esté doradita, retiramos del fuego y reservamos.

Al mismo tiempo, cocemos las **gambitas**, las escurrimos bien, y cuando se enfríen, las cortamos en trozos pequeños. Reservamos.

Una vez bien cocido el pescado, lo escurrimos bien, y lo dejamos enfriar unos minutos. Cuando ya no queme, con mucho cuidado, vamos limpiando y desmigando todo el **pescado**, haciéndolo lo más finamente posible. En este momento hay que tener mucho cuidado en retirar bien todas las espinas y la piel del pescado. Al comer el **pastel** ya terminado, lo que más se agradece es que sea fácil de comer, sin las molestias de esas espinas o piel. Reservamos el pescado desmenuzado.

En un bol batimos bien los huevos, y añadimos la salsa de tomate y la nata líquido. Ponemos un buen chorreón de aceite de oliva con albahaca (el aceite de albahaca es prescindible, pero da un toque realmente fresco y especial al pastel). Sazonamos y mezclamos bien.



En un recipiente grande mezclamos bien el **pescado** desmenuzado, las **gambitas** troceadas, la cebolleta pochada y la mezcla anterior. Removemos hasta que quede una pasta homogénea. En este punto, puede pasarse un poco la batidora para desmenuzar aún más el pescado. Nosotros no lo hacemos, porque preferimos notar la textura del pescado y las gambitas en pequeños trozos al comer el pastel, pero batirlo también da buen resultado.

Probamos la mezcla y rectificamos de sal si fuera necesario.

Untamos bien el molde elegido para hacer el **pastel** con aceite de albahaca (también sirve el aceite de oliva normal o un poco de mantequilla), y vertemos en él la mezcla.

Finalmente, metemos el molde al baño maría en el horno, caliente a unos 200°. El tiempo de cocción dependerá de cada horno, pero necesitará entre 45-60 minutos aproximadamente. En cualquier caso, conviene ir vigilando la cocción: para ello, abrir el horno y clavar un palillo en la mezcla. Cuando salga limpio, retirar pronto del horno para evitar que el **pastel de**

pescado pudiera quedar reseco.

Tras sacar del horno, dejamos que se enfríe bien , y lo desmoldamos con cuidado para que no se rompa. Lo metemos en el frigorífico para que se refresque bien, y servimos bien frío.



Nosotros adornamos el **pastel de pescado y gambas** con mayonesa y langostinos. Pero aquí ya entra en juego vuestra imaginación.

Os recomendamos servirlo bien frío acompañado de una buena cucharada de mayonesa (si es casera, mejor; pero en este caso preparar en el último momento y guardarla inmediatamente en el frigorífico), y ensalada verde bien aliñada también con aceite de albahaca. Pero como os decimos siempre, aquí admite un juego enorme de combinaciones y posibilidades. Ahora, una cervecita o un buen vino blanco bien fríos y a disfrutar.

¿Ya la habéis probado? ¿Os habéis animado a meteros en la cocina con esta nueva receta? Escribenos y nos lo cuentas. Mándanos también fotos y opiniones del resultado, y las publicaremos con tu permiso.

¡Buen provecho!



Como siempre, os preparamos recetas con ingredientes que fácilmente tenéis por casa. Pero si os apetece ser totalmente fieles a nuestra receta, nosotros hemos utilizado, de nuestra [tienda gourmet online](#):

- [Aceite Ecológico de Albahaca](#), de Agrisanz.
- [Aceite de oliva virgen extra variedad manzanilla](#) (especialmente recomendada para tomar en crudo por su sabor afrutado y especial), de Molins de Paixerell, con la que hemos elaborado nuestra mayonesa.
- [Salsa de tomate frito "al estilo de mi abuela"](#), de la Tejea.