



Bangladesh ***Rape marinado
con estofado de papas
y puerro***

Derretir la mantequilla con las especias, tapar y dejar en remojo por una hora. Tamizar.

Condimentar el pescado con sal marina fina y cocer por una hora y media en el horno a 120°.

Cocer las papas con la cáscara en el horno. Sacar la pulpa con una cuchara.

Cortar el puerro en trozos y saltearlo en mantequilla con un poco de agua, sal y la pimienta de Jamaica triturada.

Mezclar la papa y el puerro aplastándolos con un tenedor.

Cocer el pescado y colocarlo en una bandeja o plato.

Servir con la mantequilla, el estofado y algunas hojas de cilantro recién cortadas.

INGREDIENTES

- 800 g de rape sin piel y sin espinas
- 1 hoja de hierba de limón
- 100 g Vadouvan (mezcla de especias indias)
- 1 Pimienta de Jamaica
- 4 papas grandes, por ejemplo, "Bintje"
- 200 g de mantequilla
- Un puerro bastante grande
- Sal y pimienta
- Unas ramitas de cilantro

Receta: Guy Van Cauteren, www.laurierblad.com