

# Caballa marinada y lenguado a la meunière con tempura

## Ingredientes

(para 4 personas):

- - 2 caballas de 350 gramos
- - 1 lenguado de 300 gramos
- - 400 gramos de mantequilla
- - 6 limones
- - Harina de tempura
- - 1 litro de aceite de girasol
- - Sal

El restaurante [Manairó](#), galardonado con estrella Michelin desde hace siete años, es el **fiel reflejo de la personalidad de su chef, Jordi Herrera**. Su legado y la cocina que domina y disfruta es la catalana, así pues, en Manairó encontramos **recetas rescatadas del olvido y renovadas pasándolas por el tamiz de su voluntad creativa**.

Cada uno de sus platos, pese a estar sumamente elaborados, muestran siempre el **sabor natural de unos productos de mercado** y de máxima calidad. Sus menús degustación tienen un único objetivo final, ver la satisfacción del cliente reflejada en su rostro.

Herrera comparte con Gastronosfera una de estas propuestas que, al dar el último bocado, nos dejan esa sonrisa de placer esbozada en rostro: **Caballa marinada y lenguado a la meunier**.

**Preparación:**



- Fileteamos las caballas y cortamos cada lomo transversalmente sacando las espinas del centro. Incorporamos a los filetes resultantes el jugo bien frío de los limones exprimidos y reservamos en la nevera durante 4 horas.

- Derretimos la mantequilla y la tostamos un poco, la clarificamos y añadimos el jugo de medio limón y sal. Lo guardamos en el congelador.



- Cortamos la cabeza al lenguado y lo congelamos.
- Hacemos la tempura y calentamos el aceite de girasol a 180°C. Con la ayuda de una jeringuilla vamos tirando bolas de tempura dentro del aceite hasta que queden doradas, rectificamos de sal y las reservamos en un sitio seco.
- Cortamos el lenguado con la máquina de cortar fiambres al 0,5 y lo freímos hasta que esté dorado y en su punto de sal.



- Sacamos los filetes de caballa del zumo de limón y con mucho cuidado les quitamos la piel intentando no arrancar el pigmento de la caballa. Las cortamos a trozos de unos 5 centímetros de largo.

### **Emplatado:**

- En un plato hondo ponemos los filetes de caballa, las bolitas de tempura frita, el lenguado frito. Por último rallamos la mantequilla congelada por encima.



- Lo servimos rápidamente antes de que la mantequilla se pueda derretir.